

園の昼食やおやつを紹介し、食に対する取り組みを知ってもらう。

梅には、クエン酸やリンゴ酸などの有機酸が含まれており、糖質の代謝を促し活性化させる働きがあります。疲労回復だけでなく、腰痛や肩こりなどの緩和、老化防止、疲れにくい体づくりにも役立つことが期待できるそうです。



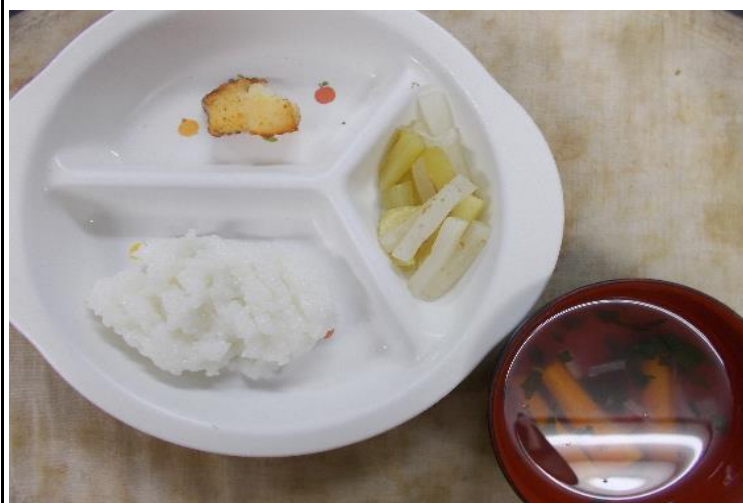
【普通食：以上児】魚のごま照り焼き・梅和え・厚揚げの  
のどろみ汁

【おやつ：以上児】ミニメロンパン・甘辛こんぶ・お菓  
子



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】魚のごま焼き・梅和え・とろみ汁