

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。

おなかマヨ和えに含まれているかつお節は、筋肉・血液・骨をつくるもとになり、私たちの体に欠かすことのできないタンパク質をはじめ、リン、カリウム、ビタミンDなどをたっぷり含んでいます。また脂肪の酸化を防ぎ動脈硬化の予防に効果的なビタミンや不足しがちなカルシウム、ミネラルなども含んでいます。



【普通食：以上児】鶏肉の唐揚げ・おなかマヨ和え・冬瓜のすまし汁



【おやつ：以上児】マカロニのきな粉和え・醤油こんぶ・お菓子



【普通食：未満児】



【おやつ：未満児】



【離乳食】鶏肉のくず焼き・おなか和え・玉葱のすまし汁