

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。

白和えに含まれている、絹ごし豆腐のたんぱく質は、血液中のコレステロールを低下させ、その成分の1つ(ペプチド)が血液上昇を抑制してくれるそうです。



【普通食：以上児】魚のにんにく焼き・白和え・わかめのお吸い物

【おやつ：以上児】バウムクーヘン・甘辛こんぶ・チーズ



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】魚の醤油焼き・白和え・大根のお吸い物