

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。

おからには、セルロースが含まれています。セルロースは、不溶性の食物繊維・セルロースは水に溶けにくく、腸のぜんどう運動を促進し便量を増やしてくれるので、便秘予防や、大腸がんの予防にもつながるそうです。



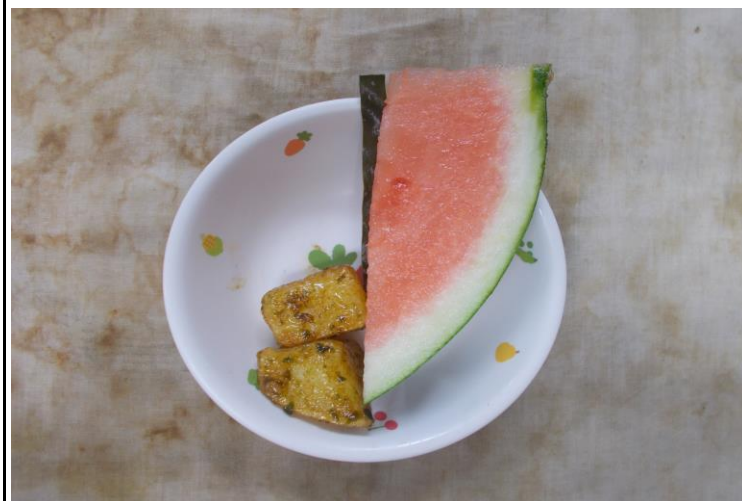
【普通食：以上児】豚肉の磯辺焼き・卵の花の炒り煮・赤だしみそ汁



【おやつ：以上児】たこ焼き風ポテト・パリパリこんぶ・くだもの



【普通食：未満児】



【おやつ：未満児】



【離乳食】豚肉の磯辺焼き・豆腐の煮物・白菜のみそ汁