

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。

人参にはたくさんのカロテンが含まれています。β-カロテンは抗発ガン作用や免疫賦活作用で知られていますが、その他にも体内でビタミンAに変換され、髪健康維持や、視力維持、粘膜や皮膚の健康維持、そして、喉や肺など呼吸器系統を守る働きがあるといわれています。



【普通食：以上児】豚肉の甘辛焼き・彩りなます・うすくず汁

【おやつ：以上児】ホットケーキ・こんぶ・クラッカー
ジャムサンド



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】豚肉の醤油焼き・彩り和え・うすくず汁