

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。

きのこに含まれる栄養成分は種類によって異なりますが、ビタミンDやビタミンBのビタミン類、カリウムやリン等のミネラル類が含まれています。ビタミンは人間に必要不可欠な栄養素です。リンは骨や歯の材料に、カリウムはナトリウムを体外に排出する働きがあります。



【普通食：以上児】豚肉の塩焼き・ひじきの煮物・きのこの和風スープ

【おやつ：以上児】ミニクロワッサン・焼き干しえび・お菓子



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】豚肉の塩焼き・ひじきの煮物・和風スープ