

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。

小松菜には、β - カロテンが豊富ですβ - カロテンは、強力な抗酸化作用を持っているそうです。また、体内では、ビタミンAに変換され、人体の粘膜や皮膚、免疫機能を正常に保ったり、視力を維持したりするのに必要不可欠な栄養成分だそうです。



【普通食：以上児】塩ラーメン・じゃが芋の甘辛焼き・小松菜のお浸し

【おやつ：以上児】わかめおにぎり・カレーじゃこ・お菓子



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】塩うどん・じゃが芋の醤油焼き・青菜のお浸し。