

・今日のごはんとおやつを紹介することで園での食育について知ってもらおう

ビーフンは米から作られるため、炭水化物が豊富です。三大栄養素の1つでもある炭水化物の主な働きはエネルギー源となることで、最も多く使われるエネルギーとなります。炭水化物は消化吸収が良く、素早くエネルギー源に変換されるため、疲労回復にも効果があるそうです。



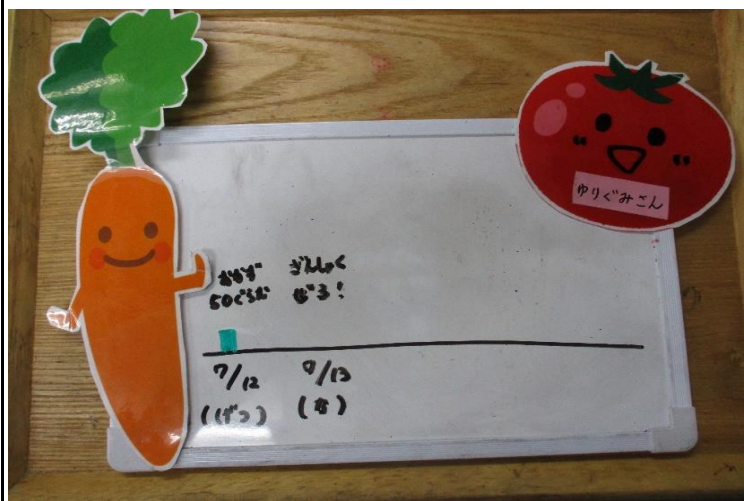
【普通食:以上児】酢豚・ビーフンサラダ・中華風スープ

【おやつ:以上児】米粉の豆乳みそケーキ・炒りじゃこ・ミニゼリー



【普通食:未満児】

【離乳食】豚肉のさっぱり焼き・二色和え・白菜のスープ



残食（ゆり組さん）セログラムでした！