保育実践記録	クラス：みんなのき黄檗こども園	2021年7月16日	記録者：　沼田

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。

大根には高血圧やむくみの解消に効果があるとされるカリウムも含まれています。他にも老化や免疫機能の低下を抑える、抗酸化作用が期待できるビタミンCも含まれています。

【普通食：以上児】食パン・魚のカレーソースがけ・サラダ・コーンスープ

【おやつ：以上児】大葉みそおにぎり・酢こんぶ・お菓子

【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】

【離乳食】食パン・魚のあんかけ・サラダ・コーンスープ