

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。

玉ねぎには水に溶けやすい食物繊維がたくさん含まれています。食物繊維にはお通じを助ける効果があり、便秘解消にぴったりです。さらに玉ねぎにはオリゴ糖も豊富で、善玉菌を増やし腸内環境を整えてくれる効果もあるそうです。



【普通食：以上児】食パン・鶏肉のバター醤油焼き・梅おかかサラダ・オニオンスープ

【おやつ：以上児】ごぼうの炊き込みおにぎり・醤油こんぶ・お菓子



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】食パン・鶏肉の醤油焼き・梅おかかサラダ・オニオンスープ