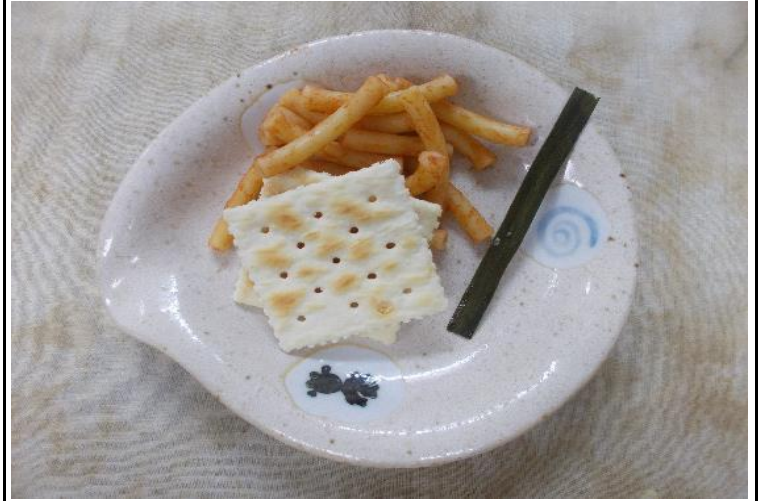


園の昼食やおやつを紹介し、食に対する取り組みを知ってもらう。

わかめの粘りの成分フコイタンには免疫機能の向上やアレルギー予防の効果があるそうです。他にもわかめのアルギン酸はコレステロール低下や血圧の低下に効果があるそうです。



【普通食：以上児】魚のみそ煮・南瓜の磯辺揚げ・わかめの酢の物

【おやつ：以上児】ケチャップマカロニ・甘辛こんぶ・クラッカージャムサンド



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】魚のみそ煮・蒸し南瓜・さっぱり和え