保育実践記録	クラス：みんなのき黄檗こども園	2021年7月21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。

誕生会メニューでした☆茄子は体内の余分なナトリウムを排出して、高血圧を防ぐはたらきを持っている「カリウム」が豊富で、利尿効果が期待できるそうです。

【普通食：以上児】鶏肉と茄子のおろしポン酢焼き・蒸しとうもろこし・夏野菜のみそ汁

【おやつ：以上児】プリン・ごまじゃこ・チーズ

【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】

【離乳食】鶏肉のおろし焼き・蒸し野菜・南瓜のみそ汁