

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おう。

トマトは低カロリーでさまざまな栄養成分が豊富です。美肌効果や風邪予防に役立つビタミンC、老化を抑制するビタミンE、塩分の排出を助けるカリウム、腸内環境を整える食物繊維などをバランス良く含んでいます。



【普通食：以上児】豆腐ハンバーグ・切り干し大根のごま和え・トマトのみそ汁



【おやつ：以上児】くずもち・甘辛こんぶ・お菓子



【普通食：未満児】



【おやつ：未満児】



【離乳食】豆腐ハンバーグ・大根のごま和え・トマトのみそ汁