

食育講座・栄養相談



R5.11.15(水)
第二みまようこども園



食育講座・栄養相談がありました。20組の親子が試食会に参加され、楽しい時間を過ごされました。「とってもおいしいです」「こんな大ききで切っているんだ〜」など食材の形態や一人分の量を参考にされていました。また、「他のお子さんが食べているのを見て、初めてひじきを食べました」と一緒に食事をする中で刺激にもなったようです。園では旬の食材を使った食事やおやつを提供しています。毎日の食事作りは大変ですが、食事は楽しい時間にしていただければいいですね。

- 普通食・完了食 (給食メニュー)**
- ・ 鮭としめじの炊き込みご飯・里芋のからあげ
 - ・ ひじきの白和え・みそ汁
- 後期食(ココロ・スティック生後9か月～11か月頃)**
- ・ おかゆ・人参・玉ねぎ・ほうれん草・鮭
- 中期食(粗つぶし 生後7か月～8か月)**
- ・ おかゆ・人参・玉ねぎ・ほうれん草・鮭

