



令和2年

こども園 もものき

Table with columns for Date, Day, 10:00 Snack, Main Dish, Side Dish, 3:00 Snack, and Food Ingredients (Aka, Kirow, Midori). Rows include various meals like salmon, chicken, and vegetable dishes.

※献立は都合により内容が変わることがあります。

はや寝！はや起き！朝ごはん！

秋も深まり、季節は冬へと移り変わっていきます。寒さも増してくるので、風邪予防のために、うがい・手洗い、十分な睡眠、バランスの良い食事をこころがけましょう。

スプーンマークの日に幼児組はスプーンを持ってきてください。

旬の食材 (Seasonal Ingredients) list including白菜, ごぼう, ほうれん草, 長葱, りんご, 柿, 鮭, さんま, さつまいも, 里芋.

Table showing 11月分平均栄養価 (Average Nutritional Value for November) for the toddler group: Energy 525kcal, Protein 19.9g, Fat 15.4g, Salt 1.4g.