

令和4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 Meal Type (Aka, Kirow, Midori). Rows include New Year's Day, Adult Day, and various daily meals with ingredients listed.

※ 献立は都合により内容が変わることがあります。

1月分平均栄養価 幼児組 エネルギー 490kcal タンパク質 19.9g 脂質 16.3g 塩分 1.3g

新年明けましておめでとうございます。

『1年の計は元旦にあり』と言われていたますが、元気で正月を迎え、家族そろって食卓を囲んでいることと思います。普段はあまり意識していない行為かもしれませんが、噛むという事は体にとってとても大切な働きをしています。噛む事は食べることの原点です。食べ物を良く噛んで味わう事をもう一度思い起こし、よく噛む習慣をつけましょう。

旬の食材

ごぼう・れんこん・大根・かぶ ブロッコリー・いちご・ぶり

はや寝！はや起き！朝ごはん！

マークの付いている日には忘れずに持たせるようお願いいたします。

希望保育

もちつき

食育の日