

ごはんだより

保育園の手作りおやつ



米粉黒糖
蒸しパン



米粉のバナナ
マフィン



よもぎ
蒸しパン

6月は食育月間

6月は食育月間です。
お料理の簡単なお手伝い、お味見。
畑になる野菜の観察。
給食に何が入っていたか、
どんな味・匂いだったか聞いてみるなど
ご家庭でも子どもと「食」について考える
月間にしてみてはどうでしょうか。



有機バナナ



給食の紹介

化学肥料や農薬を使用せず
自然の力をつかって
育てられたバナナです。

*6月の栄養価(1日平均)

エネルギー	511kcal
たんぱく質	22.8g
脂質	14.3g
食塩	1.6g