

献立表

2015年04月

むつみ保育園(一般)

Table with 5 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Contains 20 rows of menu items and their nutritional values.



4月の献立表



三大栄養素

「炭水化物」「脂質」「たんぱく質」の三つは、まとめて「三大栄養素」と呼ばれています。



2015年04月

むつみ保育園(一般)

Table with 5 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Contains 20 rows of menu items and their nutritional values.

炭水化物: パワーの元になります。筋肉を動かすエネルギーとなり、また脳のエネルギーのほとんどを賄います。脂質: 肉・魚・油脂に多く含まれていて、脂溶性ビタミン(A・D・E・K)の吸収を助けてくれます。たんぱく質: 質をつくり、皮膚・骨・筋肉・髪の毛・血のほか、臓器や細胞をつくる材料になります。

15日(水) 誕生会

25日(土) 手作り弁当

※ もも・うめ・さくら組は、毎日ご飯を持参して下さい。
※ 食材の仕入れの関係上、メニューが変更になる場合があります。
※ 3歳未満児のおやつは、年齢に合わせたものを提供しています。