

みやざき園の献立紹介



【6月4日（水）の献立】

- ・ ウィンナー入りオムレツ
- ・ じゃがいもとピーマンの
きんぴら
- ・ なすのみそ汁
- ・ グレープフルーツ

ピーマンを千切りにして炒めていくとピーマンが柔らかくなり、苦味も少なくなります。馴染みのある味付けにすることでピーマンが苦手な子どもたちも食べやすくなります。作ってみて下さいね！



野菜は1日350g食べましょう

～毎月第3日曜日は、家族団らんの食事を楽しもう～