

夕食までのつなぎ食



びびびくん

R6.2.6 食育講座

浜田市食育推進キャラクター

「お腹がすいて夕食まで待てない」「お菓子を食べすぎて夕飯が食べられなくなった」などの悩みに少しでも寄り添うことができればと思い、簡単にできるつなぎ食を紹介しました。

本日の献立

- 大豆ごはん
- 豆乳入りみそ汁
- いももち



ブロッコリーの塩昆布和え

ミニおにぎり



ブロッコリーのツナサラダ

ちくわキュウリ
ちくわチーズ

プチトマト

講座の様子です！

熱々をいただいています！

いももちを焼いて返すお手伝いを
してもらいました。

試食をしている様子です！