

10月 献立予定表

一 閩南保育園

10月の目録

嫌いなものを

少しずつ食べよう

③ ④ ⑤

運動會



7目(水)

原裝

クッキング

16日(金)

堤防遠足

日本の未来



22日(木)

誕生会

「はい、ありません。」



28日(水)

保 育 参 觀

(3歲兒)

[illegible]

ハロウィンといえば、南瓜。南瓜はβカロチンやビタミンが代表的な栄養素です。βカロチンは体内でビタミンAにかわります。ウイルス撃退はもちろんのことガン予防などにも効果があります。風邪予防にとっても効果的で、冬至に南瓜を食べるのは風邪予防の意味があるそうです。