ドバイタイムに　どんなものを？

G1 のみなさんに、持って来ているおやつを見せてもらいました。

◆果物・野菜

◆ビスケット・おせんべい

◆数種類の組み合わせ

◎スナック菓子や甘いものはありませんでした。食べる物は成長期に大事な体を作るものです。色々と工夫していけたらいいですね。