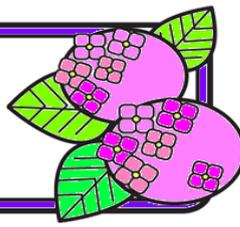




本日の給食



平成28年6月11日(土)
二十四節気⑪芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで



- ☆五目ごはん
- ☆寒鯖の照り焼き
- ☆じゃが芋と平天の煮物
- ☆具たくさん味噌汁

1. 2歳児



- 第1群 筋肉や骨を作る【魚・肉・卵・大豆製品】
- 第2群 骨と歯を作る【牛乳・乳製品・海藻・小魚】

- 第3群 皮膚・粘膜の保護【緑黄色野菜】
- 第4群 体の調子を整える【淡色野菜】

赤のお皿
サバ、平天、うすあげ

緑のお皿
人参、しいたけ、ごぼう
白菜、玉ねぎ、葉ねぎ

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜入-フ・中華入-フ)

黄のお皿
米、じゃがいも
こんにゃく

白のお皿
かつお、こんぶ