

本日の給食

平成29年3月15日(水)
二十四節気⑤啓蟄 (けいちつ)
～3月20日まで



- ☆塩焼きそば
- ☆きゅうりと人参の中華和え
- ☆中華玉子スープ

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】

赤のお皿
豚肉、エビ、イカ、卵

- 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】

緑のお皿
キャベツ、人参
もやし、きゅうり

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

黄のお皿
中華麺、ネギ油、白ごま

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿
中華スープ、鶏がらスープ