

本日の給食

平成29年3月22日(水)
二十四節気◎春分(しゅんぶん)
～4月4日まで



1. 2歳児

☆煮込みうどん

☆ひじき煮



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

鶏肉、ひじき、平天

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

人参、白菜、しめじ

えのき、ごぼう

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

うどん

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°)

白のお皿

こんぶ、かつお