

本日の給食

平成29年11月15日(水)
二十四節気⑳立冬(りっとう)
～11月21日まで



- ☆ふぐ唐揚げ
- ☆人参天ぷら
- ☆なす天ぷら
- ☆にゅうめん

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
ふぐ

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
にんじん、なす、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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿
米、小麦粉

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
かつお、こんぶ