

# 今日の給食

平成29年1月17日(水)  
二十四節気⑳小寒(しょうかん)  
～1月19日まで



☆れんこんと海老のはさみ揚げ

☆玉子焼き

☆かぼちゃとコーンのサラダ

☆大根の味噌汁

## 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】

### 赤のお皿

海老、卵、味噌、豆乳

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、大根、大根葉

グリーンピース、コーン、れんこん

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、マヨネーズ

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