

今日の給食

平成30年2月9日(金)
二十四節気①立春(りっしゅん)
～2月18日まで



1. 2歳児

離乳後期



- ☆ししゃもの磯辺揚げ
- ☆大豆の田舎煮
- ☆カニ入り味噌汁

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

ししゃも、かに、絹揚げ
大豆、昆布、あおのり

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

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・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿

かつお、こんぶ