

# 今日の給食

平成30年8月24日(金)  
二十四節気⑩処暑(しよしよ)  
～8月31日まで



0.1.2歳児

今日のおやつ



3.4.5歳児

1.2歳児



- ☆ハモ天ぷら
- ☆里芋の煮物
- ☆冬瓜と卵のすまし汁



- 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

ハモ、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

ごぼう、なす、冬瓜

- 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、里芋、れんこん

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

かつお、こんぶ