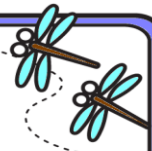




本日の給食



平成30年9月10日(月)
二十四節気(18)彼岸(ひがん)
～9月20日まで

秋の味覚



松茸

ポップコーンマシン特製



本日のおやつ

1.2歳児



- ☆ぶりの照り焼き
- ☆まつたけご飯
- ☆かぼちゃの煮付け
- ☆ゴーヤのおかか和え ☆玉子焼き
- ☆長芋入り黒酢もずく
- ☆玉子豆腐とえのきのすまし汁

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

ぶり、卵、うす揚げ
玉子豆腐、もずく

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

まつたけ、長芋、ゴーヤ
えのき、すだち、りんご

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

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、はちみつ