

今日の給食

平成31年2月28日(木)
二十四節気④雨水(うすい)
~3月4日まで



地震等の災害の時の話をしました。
水が使えなくなると、いつも使っている食器は使えません。
どの様にすれば給食が食べられるか？
今日は、その時の練習で紙皿を使用して食事を頂きました。

災害対応プレート

1.2歳児



- ☆ふりかけおにぎり
- ☆ベーコンサニーサイドアップ
- ☆マカロニサラダ
- ☆かぼちゃスープ

- 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

たまご、ベーコン、小えび、
あご、豚肉

- 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

サラダ菜、きゅうり、かぼちゃ、
こんぶ

- 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、マカロニ、クルトン、ごま

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

コンソメ、鶏ガラ、酒、みりん