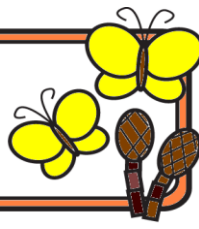


本日の給食



平成31年4月19日(金)
二十四節気⑤清明(せいめい)
~4月19日まで



1,2歳児



☆豚カツ

☆きゅうりとマカロニのマヨネーズ和え

☆フロッコリーとサニーレタスの添え野菜

☆大根とうす揚げの味噌汁

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

豚肉、うす揚げ

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

きゅうり、大根、フロッコリー、
サニーレタス

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

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

酒、みりん、かつお、こんぶ、味噌、
いわしの煮干し、乾しいたけ、

マヨネーズ