

今日の給食

平成31年4月5日(金)
二十四節気⑤清明(せいめい)
～4月19日まで



ポトフに桜チップ燻製
バジルハーブ
ウィンナー入り

1.2歳児



- ☆ 人参ごはん
- ☆ 和風ポトフ
- ☆ 水菜とピリ辛ごぼう天の炒め物
- ☆ ほうれん草のごま和え

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

桜チップ燻製ハーブウィンナー

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、ほうれん草、
大根、春キャベツ

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・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

酒、みりん、鶏ガラ