

本日の給食

令和元年11月22日(金)
二十四節気⑳小雪(しょうせつ)
～12月6日まで



☆ミートスパゲッティ

☆さつまいもと枝豆のサラダ

☆しめじとマッシュルームの

きのこスープ

1.2歳児



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

鶏ミンチ

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

玉葱、人参、枝豆、しめじ、
マッシュルーム

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

スパゲッティ、さつまいも

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、ケチャップ、マヨネーズ、
トマト缶、コンソメ、鶏ガラ、塩、
ウスターソース