

# 本日の給食

令和2年4月17日(金)  
二十四節気⑤清明(せいめい)  
~4月19日まで



- ☆天ぷら(1.2歳ししとう、キス  
3.4.5歳ししとう、キス、蓮根、ごぼう)
- ☆炊き合わせ
- ☆豆腐と甘エビの味噌汁

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

キス、豆腐、甘エビ、ちくわ

- 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、蓮根、ししとう、ごぼう、  
ブロッコリー

- 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、こんにゃく、かぼちゃ、  
小芋

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる  
(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

白のお皿

酒、みりん、かつお、こんぶ、乾しいたけ、  
いわしの煮干し、味噌