

今日の給食

令和2年4月1日(水)
二十四節気◎春分(しゅんぶん)
～4月4日まで



今日のおやつ
1.2.3歳オレンジジュース
4歳りんごジュース
5歳ぶどうジュース



☆チキンカレー

☆サニーレタスとパプリカの
グリーンサラダ

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

人参、玉葱、サニーレタス、
ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカ

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、じゃがいも

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、コンソメ、鶏ガラ、
カレールウ