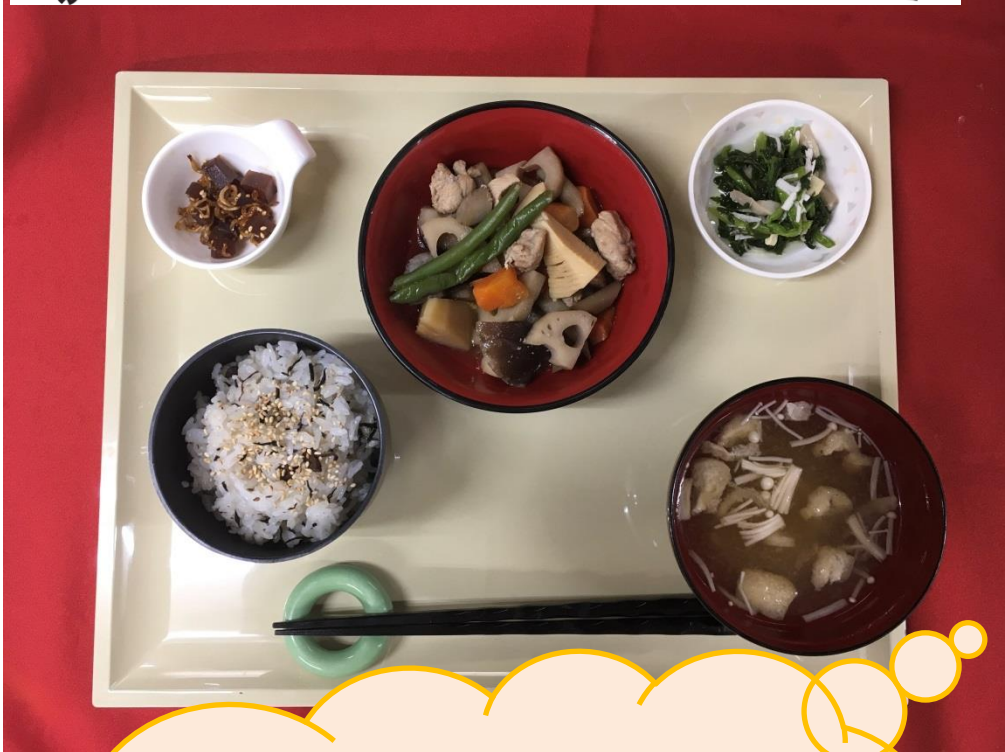


本日の給食



令和2年4月20日(月)
二十四節気◎穀雨(こくう)
～5月5日まで



1.2歳児



☆ひじきご飯

☆筑前煮

☆春菊と長芋のお浸し

☆えのき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】

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】

赤のお皿

ひじき、鶏肉、うす揚げ、ちくわ

緑のお皿

人参、蓮根、筍、いんげん、ごぼう、
しいたけ、えのき、春菊、しめじ

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】

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入-フ・中華入-フ)

黄のお皿

米、こんにゃく、長芋

白のお皿

酒、みりん、かつお、こんぶ、
いわしの煮干し、乾しいたけ、味噌