



# 本日の給食



令和2年4月23日(木)  
二十四節気◎穀雨(こくう)  
～5月5日まで



1.2歳児



☆炒飯

☆鶏肉と枝豆の中華炒め

☆餃子スープ

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、豚肉、ソーセージ、卵

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、グリーンピース、コーン、玉葱、  
枝豆、もやし、ねぎ、赤パプリカ、  
黄パプリカ、ピーマン

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、餃子の皮

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