



# 本日の給食



令和2年4月27日(月)  
二十四節気◎穀雨(こくう)  
～5月5日まで



## 1.2歳児



- ☆ 三色ご飯
- ☆ 千切り大根
- ☆ シタスとツナのサラダ
- ☆ 豆腐とかいわれ大根の味噌汁

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】

### 赤のお皿

鶏肉、豆腐、ちくわ、錦糸卵、ツナ

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

いんげん、かいわれ大根、シタス、  
きゅうり、千切大根、人参、しいたけ

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

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、かつお、こんぶ、乾しいたけ、  
いわしの煮干し、マヨネーズ