



# 本日の給食



令和2年4月6日(月)

二十四節気⑤清明(せいめい)

～4月19日まで

## 有機米の日



### 今日のおやつ チーズたっぷりパンブキンリゾット



### 1.2歳児



- ☆ さばの照り焼き
- ☆ 千切り大根
- ☆ 南瓜煮
- ☆ 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】

赤のお皿

さば、うす揚げ

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

千切大根、人参、南瓜、  
えのき、ねぎ

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・野菜入-フ・中華入-フ)

白のお皿

酒、みりん、かつお、こんぶ、味噌、  
乾しいたけ、いわしの煮干し