



本日の給食



令和2年4月7日(火)
二十四節気⑤清明(せいめい)
~4月19日まで



1.2歳児



- ☆豆腐玉子丼
- ☆ちくわと牛すじ煮(0. 1. 2歳)
- ☆こんにゃくと牛すじ煮(3. 4. 5歳)
- ☆わかめと大根の味噌汁

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

豆腐、卵、ちくわ、牛すじ、わかめ

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

枝豆、大根

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、こんにゃく

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