



本日の給食



令和2年4月9日(木)
二十四節気⑤清明 (せいめい)
~4月19日まで



今日のおやつ
フルーツジュース

1.2歳児



- ☆ ミートドリア
- ☆ ほうれん草とエリンギのソテー
- ☆ 豆乳スープ

- 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

豚肉、ナチュラルチーズ、
パルメザンチーズ、豆乳

- 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

ほうれん草、人参、玉ねぎ、
エリンギ、トマト

- 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、パン粉、クルトン

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、
バター、オリーブオイル