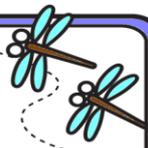




本日の給食



令和2年9月26日(土)

二十四節気⑩(秋分)

～10月7日まで



2,3歳児



本日のおやつ

バケットの バターサンド



☆お好み焼き

☆卵白とかいわれのお吸い物

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、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
キャベツ、青ネギ、紅ショウガ
かいわれ、パイナップル

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
小麦粉、天かす

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
ソース、マヨネーズ、かつお節、醤油
食塩、砂糖、酒、みりん、さばの節
むしろあじの節、昆布