



本日の給食



令和3年2月16日（火）

二十四節気①(立春)

～2月18日まで



金沢 近江町市場 直送



- ☆ すり身コーン包み揚げ
 - ☆ いんげんの和え物
 - ☆ 蟹汁
 - ☆ こうばこ（ずわい蟹の雌）
- ※5歳児のみ

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

こうばこ(ずわい蟹の雌)、
魚肉すり身

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

とうもろこし、レタス、
いんげん、えのき

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

お米

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

かつお節、さばの節、むしろあじの節、昆布、
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、
酢、胡麻、味噌