



本日の給食



令和3年2月18日 (木)
二十四節気①(立春)
~2月18日まで



本日のおやつ

0~3歳児

ピンク
グレープフルーツ



4.5歳児

カステラ



高級食パン・南蛮窯出しカステラ

唐草庵のカステラ

☆魚フライ

☆自家製タルタルソース

☆ベーコンとサニーレタスのマカロニソテー

☆具たくさん味噌汁

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】

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】

赤のお皿

タラ、牛肉、ベーコン、
卵、うす揚げ

緑のお皿

きゅうり、金時人参、白菜、しめじ、
白ネギ、玉ねぎ、サニーレタス、
トマト、ミニトマト

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】

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

黄のお皿

お米、マカロニ、
こんにゃく、さつま芋

白のお皿

かつお節、さばの節、おしろあじの節、昆布、
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、
マヨネーズ、白ワイン