



# 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

☆具だくさん味噌汁

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