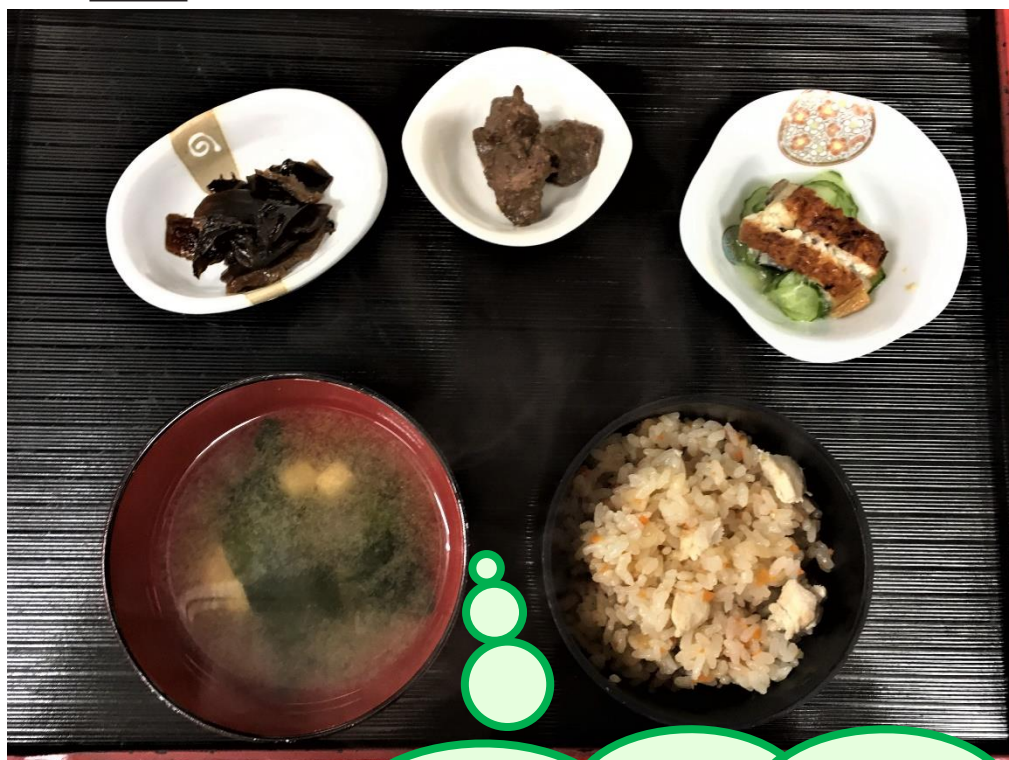


# 本日の給食

令和3年2月1日（月）  
二十四節気<sup>㊤</sup>（大寒）  
～2月3日まで



1.2歳児



本日のおやつ



ピンクグレープフルーツ

- ☆炊き込みご飯
- ☆うなぎゅう
- ☆鶏肝煮
- ☆わかめ茎と椎茸の佃煮
- ☆豆腐とわかめの味噌汁

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】

赤のお皿

鶏肉、鶏肝、うすあげ、うなぎ、豆腐、わかめ茎、わかめ

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

にんじん、きゅうり、椎茸

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<sup>㊤</sup>・中華入<sup>㊤</sup>）

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、味噌