

本日の給食

令和3年2月24日（水）
二十四節気②(雨水)
～3月4日まで



1.2歳児



本日のおやつ



ピンク
グレープフルーツ

- ☆人参ご飯
- ☆千切大根煮
- ☆豚肉と水菜のすき焼き風
- ☆卵焼き
- ☆麩とオクラの味噌汁

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】

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

豚肉、うす揚げ、卵

緑のお皿

金時人参、西洋人参、
大根、ごぼう、水菜、オクラ

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、麩

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、味噌