

本日の給食

令和3年2月25日（木）
二十四節気②(雨水)
～3月4日まで



1.2歳児



本日のおやつ



フライドポテト

- ☆和風鮭チャーハン（塩麴）
- ☆茄子の煮浸し
- ☆小松菜煮
- ☆お吸い物

- 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

鮭、卵、うす揚げ

- 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

玉ねぎ、茄子、
小松菜、カイワレ大根

- 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、天かす

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

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、塩麴