

# 本日の給食

令和3年2月26日（金）  
二十四節気②(雨水)  
～3月4日まで



1.2歳児



本日のおやつ



バターサンド

☆あんかけひじき豆腐ハンバーグ  
☆アボカドマヨネーズサラダ  
☆大根とうす揚げの味噌汁

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

ひじき、あおさ、豆腐、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

生椎茸、蓮根、しめじ、えのき、トマト、  
きゅうり、キャベツ、りんご、  
アボカド、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

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、胡椒、  
味噌、マヨネーズ