

本日の給食

令和3年9月7日(火)
二十四節気⑮(白露)
~9月22日まで



♪本日のおやつ♪ 0.1.2歳児



- ・カスタード
- ・グレープ
- フルーツ
- ・カステラ

カスタードクリームと
グレープフルーツのミニパフェ

- ☆鶏肉とピーマン 枝豆の炒め
- ☆林檎ときゅうりの
マヨネーズサラダ
- ☆揚げ餃子
- ☆中華スープ

♪本日のおやつ♪ 3.4.5歳児



シュークリーム

- 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、豚肉

- 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

枝豆、ピーマン、キャベツ、きゅうり
ニラ、林檎、もやし

- 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、餃子の皮

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

鶏がら、コンソメ、酒、みりん、醤油
砂糖、塩、胡椒、マヨネーズ