

本日の給食

令和4年5月17日(火)
二十四節気⑨立夏(りっか)
~5月20日まで



☆ミックスフライ

3.4.5歳児 海老、スモークチーズ入りミンチカツ

0.1.2歳児 北海道産カレイ、スモークチーズ入りミンチカツ

☆大根と大根葉のお味噌汁

☆レタスと人参のフレンチドレッシングサラダ

おやつ



- 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

えび、スモークチーズ
カレイ

緑のお皿

人参、レタス、大根、大根葉

- 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・野菜スープ・中華スープ)

黄のお皿

米、黒ごま

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