

本日の給食

令和5年2月7日(火)
二十四節気⑳(立春)
～2月18日まで

0.1.2歳アップルパイ



おやつ



3.4.5歳リーフパイ



☆ハムカツ

☆きゅうりとりんごのシーザードレッシング和え

☆わかめとうす揚げのみそ汁

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

ハム、わかめ、うす揚げ

緑のお皿

レタス、トマト、きゅうり、りんご

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

米、パン粉

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、ソース、ケチャップ