



今日の給食

平成28年8月22日(月)
二十四節気^⑮立秋(りっしゅう)
～8月22日まで



有機米使用

☆千草焼

(卵、鶏肉、椎茸、人参、小松菜)

☆きゅうりとカニカマの酢の物

☆小松菜の煮浸し

☆わかめと玉ねぎの味噌汁

1.2歳児



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

卵、鶏肉、わかめ

カニカマ、うすあげ、味噌

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

きゅうり、小松菜

玉ねぎ、人参、椎茸

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】

第6群 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

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、こんぶ