



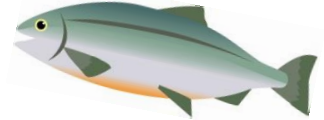
本日の給食



平成29年5月22日(月)
二十四節気⑩小満(しょうまん)
～6月5日まで



時鮭とは・・・



毎年5月から7月頃にかけて三陸沖や北海道沖で捕れるサケのこと。まだ成長途中であるため、身肉に栄養素や脂が凝縮されて非常に美味しいサケです。

有機米使用

- ☆時鮭の塩焼き
- ☆小松菜の煮浸し
- ☆かまぼこ煮
- ☆たけのこ煮
- ☆大根の味噌汁

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】

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

鮭、かまぼこ、うすあげ、味噌

緑のお皿

大根、小松菜、たけのこ

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・野菜入♪・中華入♪)

黄のお皿

米

白のお皿

かつお・こんぶ