



本日の給食



平成29年6月12日(月)
二十四節気⑪芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで

☆もちと野菜の雑煮風

☆さんまの味噌煮(0. 1. 2歳児)

☆いわしの味噌煮(3. 4歳児)

☆鯖の塩麹煮(5歳児)

1. 2歳児



0. 1歳児にはおもちの代わりにご飯を提供しています。
2歳児にはおもちを小さく切ったものとごはんを半量、提供しています。

3. 4歳児



5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

鶏肉、さんま、さば、いわし

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

人参、白菜、大根、水菜

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

米、おもち

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入っ°・中華入っ°)

白のお皿

かつお・こんぶ