

今日の給食

平成29年7月25日(火)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月7日まで



- ☆パエリア
- ☆きゅうり・トマトのサラダ
- オリーブオイル和え
- ☆コーンコンソメスープ



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
あさり、えび、イカ

緑のお皿
人参、玉ねぎ、コーン
パプリカ、きゅうり、トマト

- 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、マーガリン、オリーブオイル

白のお皿
コンソメ