

今日の給食

平成29年8月28日(月)
二十四節気⑩処暑(しょしょ)
～9月7日まで



1. 2歳児

- ☆豆腐ステーキ
- きのこあんかけ
- ☆にんじんご飯
- ☆わかめの味噌汁



- 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】

赤のお皿
豆腐、味噌、わかめ

- 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、インゲン、玉ねぎ、トマト
しめじ、えのき、しいたけ

- 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

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)

白のお皿
かつお、こんぶ