

今日の給食

平成29年1月30日(水)
二十四節気⑳大寒(だいかん)
～2月3日まで



橋波
水耕栽培



☆油淋鶏
☆春雨サラダ
☆わかめスープ

離乳後期



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

鶏肉、ハム、わかめ、春雨

緑のお皿

きゅうり、長ねぎ
サニーレタス、サラダ菜

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】

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、白ごま

白のお皿

中華スープ