

今日の給食

平成30年2月5日(月)
二十四節気①立春(りっしゅん)
～2月18日まで



☆鮭の三色丼

☆白菜と竹輪の煮浸し

☆麩と大根葉の味噌汁

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】

赤のお皿

鮭、卵、竹輪

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

インゲン、人参、大根葉、白菜

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、麩

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-フ・中華入-フ)

白のお皿

かつお、こんぶ