

今日の給食

平成30年8月23日(木)
二十四節気⑩処暑(しよしよ)
～8月31日まで



ゴーヤ



おくら



軟骨ウインナー

1.2歳児



☆夏野菜カレー

☆ツナサラダ

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

ウインナー、ツナ

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

なす、ゴーヤ、おくら

人参、玉ねぎ、レタス

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・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

コンソメ、鶏ガラ、ケチャップ

ソース、醤油