

今日の給食

平成30年10月11日(木)
二十四節気⑰寒露(かんろ)
～10月22日まで



1.2歳児

☆炊き合わせ

(がんも、平天、いんげん、人参、じゃがいも
小芋、まいたけ、れんこん、こんにゃく)

☆きゅうりとじゃこ酢の物

☆切干し大根

☆うどんのすまし汁



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】

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

平天、がんも、じゃこ

緑のお皿

にんじん、きゅうり、栗
いんげん、れんこん、ねぎ
まいたけ、切干大根

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・野菜入フ・中華入フ)

黄のお皿

米、こんにゃく、うどん
小芋、じゃがいも

白のお皿

かつお、こんぶ