

本日の給食

平成30年11月12日(月)
二十四節気⑱立冬(りっとう)
～11月21日まで

本日のおやつ



1.2歳児



☆和風シチュー
☆ツナとレタスの
マヨネーズサラダ

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
人参、ブロッコリー
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、じゃがいも

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
鶏ガラ、かつお、こんぶ
みりん、酒