

本日の給食

平成30年11月15日(木)
二十四節気⑱立冬(りっとう)
～11月21日まで



1.2歳児



- ☆焼肉丼
- ☆白菜(しろな)の鶏ガラスープ
- ☆春菊のお浸し
- ☆大根と人参のなます

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

牛肉

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、大根、白菜(しろな)
玉ねぎ、赤・黄・緑パプリカ
キャベツ、菊菜

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

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