

本日の給食

平成30年11月1日(木)
二十四節気⑱霜降(そうこう)
～11月6日まで



0.1.2歳児

- ☆チキンカツ
 - ☆彩りサラダ ☆ほうれん草のバター炒め
 - ☆インカのみぎめ粉ふきいも
 - ☆えのき、玉ねぎ
- クルトン入りコンソメスープ



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

鶏肉

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

トマト、きゅうり、レタス

キャベツ、玉ねぎ

えのき、ほうれん草

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、クルトン

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