



本日の給食

平成30年12月14日(金)
二十四節気[㊤]大雪(だいせつ)
～12月21日まで



フライパンから火があがり、子ども達はびっくり!!「お～!!」と声を上げていました。
お肉を焼く良い香りが園内にひろがっていました。

- ☆牛ステーキ
- ☆野菜のソテー
- ☆ほうれん草とえのきのすまし汁

1.2歳児



- 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、レタス、ほうれん草
ブロッコリー、えのき、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】

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・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿
酒、みりん、かつお
昆布、赤ワイン