

本日の給食

平成30年12月4日(火)
二十四節気②小雪(しょうせつ)
～12月6日まで



本日のおやつ



1.2歳児



- ☆ベーコンエッグ
- ☆牛肉と水菜の炒め物
- ☆グリーンサラダ
- ☆フロッコリーオーロラソース和え
- ☆柿 ☆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
ベーコン、卵、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
レタス、きゅうり、フロッコリー
水菜、人参、グリーンピース
コーン、柿

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
コンソメ、鶏ガラ