

今日の給食

平成31年1月8日(火)
二十四節気①小寒(しょうかん)
~1月19日まで



1.2歳児



- ☆大根葉とじゃこの炊込みご飯
- ☆豚汁 ☆チーズ入りかまぼこ
- ☆スナッフえんどうと
- ベーコンのソテー

- 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

豚肉、ベーコン、じゃこ、ちくわ
うす揚げ、チーズ、かまぼこ

- 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

大根葉、大根、人参、白菜
しいたけ、スナッフえんどう

- 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、こんにゃく

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

酒、みりん、昆布、かつお