

# 本日の給食

平成31年2月12日(火)  
二十四節気③立春(りっしゅん)  
～2月18日まで



1.2歳児

☆ 豚なべ  
☆ 切干し大根の旨煮



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、豆腐、平天

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

白菜、人参、切干大根

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、くずきり

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

かつお、こんぶ、酒、みりん