

今日の給食

平成31年2月27日(水)
二十四節気④雨水(うすい)
~3月4日まで



おやつ 香川県さぬきひめ



ツヤのあるつる付き莓
とっても甘い莓です

1.2歳児



- ☆焼鳥 ☆筑前煮
- ☆きんぴらごぼう
- ☆千切り大根煮
- ☆キャベツとうす揚げのみそ汁

- 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、うす揚げ、ちくわ、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

キャベツ、人参
ごぼう、蓮根、千切り大根

- 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、こんにゃく、ごま

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°・中華入°)

白のお皿

かつお、こんぶ、酒、みりん