

本日の給食

平成31年3月14日(木)
二十四節気⑤啓蟄(けいちつ)
~3月20日まで



2010個完食

らいおんぐみ最高	31個
きりんぐみ最高	30個
ぼんだぐみ最高	28個
先生平均	18個



0.1.2歳児



- ☆餃子
- ☆野菜炒め
- ☆春雨わかめ中華スープ

- 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】

- 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】

赤のお皿
豚肉、わかめ

緑のお皿
キャベツ、人参、ねぎ、しょうが

- 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】

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)

黄のお皿
米、春雨、ごま

白のお皿
鶏ガラ、中華スープ
みりん、酒、醤油