

# 今日の給食

平成31年3月25日(月)  
二十四節気◎春分(しゅんぶん)  
～4月4日まで



1.2歳児



☆ビビンバ ☆野菜炒め  
☆ねぎとメンマの中華スープ

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、牛肉、ベーコン

緑のお皿

ほうれん草、人参、もやし  
キャベツ、ねぎ、しめじ、メンマ

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

白のお皿

鶏ガラ、中華スープ  
コンソメ、酒、みりん