

本日の給食

平成31年4月17日(水)
二十四節気⑤清明(せいめい)
~4月19日まで



- ☆ちらし寿司
- ☆小松菜のお浸し
- ☆里芋煮
- ☆豆腐ときめさやのすまし汁

1,2歳児



- 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

卵、豆腐、のり、うす揚げ、しらす、
でんぶ

- 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

人参、しいたけ、いんげん、
菜の花、小松菜

- 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、里芋

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-フ°・中華入-フ°)

白のお皿
酒、みりん、酢、かつお、こんぶ、
乾しいたけ、いわしの煮干し