



# 本日の給食



令和元年6月5日(火)  
二十四節気⑧小満(しょうまん)  
～6月5日まで



## おやつ



ポテトフライ  
ミニお好み焼き

## 1.2歳児



- ☆白身魚のフライ
- ☆マカロニのミートソース和え
- ☆添え野菜(サニーレタス、パプリカ)
- ☆チンゲン菜のスープ

- 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】

### 赤のお皿

白身魚、鶏挽肉

- 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

チンゲン菜、サニーレタス、ピーマン、赤パプリカ、黄パプリカ、玉ねぎ、しめじ、人参

- 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、マカロニ

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

酒、みりん、鶏ガラだし、中華だし、ケチャップ