

本日の給食

令和元年11月15日(金)
二十四節気⑱立冬(りっとう)
～11月21日まで



今日のおやつ バナナ



1.2歳児



- ☆ 茄子のミルフィーユ焼き
- ☆ キャベツと紫キャベツの
コールスローサラダ
- ☆ 豆乳スープ

- 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
豆乳、鶏ミンチ、チーズ

- 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、紫キャベツ、茄子、
玉葱、赤パプリカ、黄パプリカ、
ピーマン、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、クルトン、パン粉

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、とがら、コンソメ、ケチャップ、
トマト缶、マヨネーズ