

今日の給食

平成30年12月20日(金)
二十四節気21大雪(だいせつ)
~12月21日まで



1.2歳児



3.4.5歳児



離乳食後期



お粥、いんげん、トマト、
キャベツ、人参、
照り焼きチキン、
卵スープ

☆照り焼きチキン

☆ごぼうと人参のマヨネーズサラダ

☆卵スープ

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
鶏肉、卵

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
ごぼう、人参、キャベツ、トマト

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

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、醤油、片栗粉、
マヨネーズ、コンソメ、鶏ガラ