

今日の給食

平成30年12月24日(火)
二十四節気②冬至(とうじ)
～1月4日まで

3.4.5歳 クリスマスバイキング



1.2歳児



離乳食後期



- ☆ミートスパゲッティー
- ☆チキンナゲット ☆ポテトフライ
- ☆とうもろこし ☆ウインナー
- ☆いんげんのソテー ☆豆乳スープ
- ☆添え野菜(レタス、トマト、ブロッコリー)

- 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

鶏ミンチ、鶏肉、ウインナー、
豆乳、えび

緑のお皿

いんげん、とうもろこし、レタス、
トマト、ブロッコリー、枝豆、玉葱、
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】

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

スパゲッティー、ポテト

白のお皿

酒、みりん、コンソメ、鶏ガラ、
ケチャップ、マヨネーズ