

今日の給食

令和2年4月8日(水)
二十四節気⑤清明(せいめい)
~4月19日まで

今日のおやつ
パネトーネ・
トラディツィオナーレ



1.2歳児



- ☆ 茄子の肉味噌炒め
- ☆ 小松菜とうす揚げ煮
- ☆ ピーマンとじゃこ炒め(0. 1. 2. 3歳)
- ☆ 万願寺とじゃこ炒め(4. 5歳)
- ☆ 麩とかいわれのお吸い物

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

うす揚げ、じゃこ

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

茄子、小松菜、ピーマン、
万願寺唐辛子、かいわれ大根

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、麩

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、かつお、こんぶ、味噌、
乾しいたけ、いわしの煮干し