



本日の給食



令和2年5月11日(月)
二十四節気⑦立夏(りっか)
～5月20日まで



1・2歳児

- ☆チキンの香味焼き
- ☆マカロニサラダ
- ☆人参クルトンコンソメスープ
- ☆手作りふりかけ



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

鶏むね肉、あご、エビ、
かつお節、羅臼昆布、あおさ、
黒とろろ昆布

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

レタス、人参、キュウリ、コーン、
グリーンピース、椎茸

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、マカロニ、
マヨネーズ、白ごま、黒ごま、
オリーブオイル

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、
コンソメ、醤油