

本日の給食

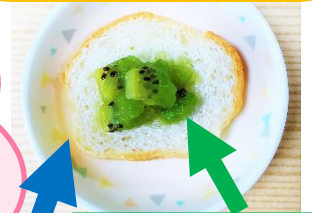
令和3年1月14日（木）
二十四節気[㊤](小寒)
～1月19日まで



1.2歳児



本日のおやつ♪



キウイフルーツ
ジャム

バケット

- ☆ 豚生姜焼き
- ☆ 添え野菜（キャベツ）
- ☆ アボカドサラダ
- ☆ 大根とうすあげの味噌汁

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

豚肉、うすあげ、明太子

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

生姜、キャベツ、トマト、アボカド、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

お米

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

かつお節、さばの節、むしろあじの節、昆布、酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、味噌、赤ワイン、ブランデー、マヨネーズ、バター