

今日の給食

令和3年1月27日（水）
二十四節気④(大寒)
～2月3日まで

有機米の日



離乳食後期



1.2歳児



- ☆炊き合わせ（人参、しめじ、信田巻き、絹ごし揚げ、かぼちゃしんじょ）
- ☆しらすときゅうりの酢の物
- ☆出汁卵焼き
- ☆甘海老の味噌汁

金沢の
近江市場直送
甘海老

本日のおやつ



福岡県 博多
「さかえや」の“芋けんぴ”

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

甘海老、卵、タラのすり身、魚肉のすり身、豆腐、おから、うすあげ、しらす、

緑のお皿

にんじん、しめじ、大根、いんげん、かぼちゃ、玉ねぎ、枝豆、きゅうり、

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・野菜入フ・中華入フ）

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、酢、味噌