



本日の給食



令和3年2月17日 (水)
二十四節気①(立春)
~2月18日まで



5歳児 食事マナー



1、2歳児



- ☆肉団子
- ☆ミニラーメン
- ☆春雨の中華サラダ
- ☆ベーコンともやしのソテー
- ☆パイナップル

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

鶏肉、焼き豚、ベーコン

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

玉ねぎ、にんじん、ピーマン、赤黄パプリカ、椎茸、カイワレ大根、メンマ、きゅうり、もやし、パイナップル

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、麺

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

金華火腿味鶏味粒、鶏がら、コンソメ、酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、酢、醸造酢、胡麻