

本日の給食

令和3年2月3日（水）
二十四節気⑳(大寒)
～2月3日まで



1.2歳児



本日のおやつ



カステラ

- ☆手羽元と子芋の甘煮
- ☆小松菜の煮浸し
- ☆釜上げちりめん大根おろしとぽん酢
- ☆大根葉の味噌汁

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

鶏肉、うす揚げ、しらす

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

小松菜、大根、大根葉

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、子芋、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、お酢、味噌