

本日の給食

令和3年3月2日（火）
二十四節気②(雨水)
～3月4日まで



1.2歳児



- ☆瀬戸内舌平目フライ
- ☆自家製コーンタルタルソース
- ☆添え野菜（キャベツ、きゅうり、トマト）
- ☆ミートソースパスタ
- ☆コンソメスープ

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

舌平目、卵、牛肉

緑のお皿

玉ねぎ、コーン、キャベツ、きゅうり、
トマト、グリーンピース、にんじん

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】

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)

黄のお皿

お米、パスタ

白のお皿

鶏がら、コンソメ、砂糖、塩、
胡椒、マヨネーズ、