

本日の給食

令和6年4月5日(金)
二十四節気(春分)

~4月6日まで



- ☆三色丼(味付け)
- ☆牛肉と水菜のすき焼き風煮
- ☆みそ汁(うす揚げ、絹豆腐)

おやつ

5、3歳児
プリッツ塩バター

2、4歳児
マシヨマロ

- 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

牛肉 うすあげ 錦糸玉子
鮭 絹豆腐

- 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

水菜 いんげん

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

ご飯 サラダ油

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 濃口醤油 薄口醤油 砂糖 塩