

今日の給食

平成28年8月5日(金)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月7日まで

- ☆ 鮭の胡麻みそマヨネーズ焼き
- ☆ インゲン・もやし・しめじのソテー
- ☆ 切干大根煮
- ☆ 水菜のすまし汁



1.2歳児



離乳中期
生後8～10ヶ月



離乳完了
生後12～18ヶ月



おやつ
永楽屋
和菓子



- 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

鮭、味噌、うすあげ、ちくわ

- 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

インゲン、もやし、しめじ
切干大根、人参、水菜

- 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

米、ごま、マヨネーズ

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、こんぶ