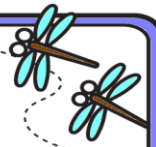




# 本日の給食



平成28年9月12日(月)  
二十四節気⑰白露(はくろ)  
～9月22日まで



- ☆梅わかめご飯
- ☆焼きししゃも
- ☆鮭の塩焼き
- ☆小松菜の煮浸し
- ☆れんこん金平
- ☆玉ねぎとしめじの味噌汁

離乳中期  
生後8～10ヶ月



離乳完了  
生後12～18ヶ月



1.2歳児



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

ししゃも、鮭、味噌、わかめ、うすあげ

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、小松菜、人参  
れんこん、梅

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、白ごま

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