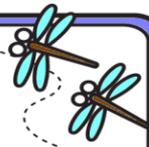




本日の給食



平成28年9月27日(火)
二十四節気^⑩秋分(しゅうぶん)
～10月7日まで



ムサカは
ギリシャの
家庭料理です。

1. 2歳児

- ☆ムサカ
- ☆きゅうり・レタス・トマトのサラダ
- ☆コンソメスープ

離乳完了期
生後12～18ヶ月



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、チーズ、豆乳

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、人参、レタス、トマト、なす
きゅうり、コーン、グリーンピース

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、パン粉、じゃが芋
ドレッシング

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

コンソメ