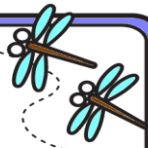




本日の給食



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



- ☆鮭のチャンチャン焼き風
- ☆人参とセロリのあんかけ
- ☆ゴーヤと玉ねぎの味噌汁

1.2歳児



離乳初期
生後5～6ヶ月



離乳後期
生後9～11ヶ月



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

鮭、豚肉、うずら卵、イカ、味噌

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、キャベツ、なす、セロリ
ピーマン、ねぎ、しめじ、たけのこ、ゴーヤ

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

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿

かつお、こんぶ