


**本日の給食**

平成28年10月17日(月)  
 二十四節気⑱寒露 (かんろ)  
 ~10月22日まで



**1. 2歳児**

☆にんじんご飯  
 ☆すき焼き肉うどん

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**

牛肉、かまぼこ

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**

にんじん、ねぎ

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、うどん、天かす

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