

本日の給食

平成28年10月4日(火)
二十四節気⑩秋分(しゅうぶん)
～10月7日まで



- ☆鶏の唐揚げ
- ☆添え野菜
(トマト・ブロッコリー・グリーンリーフ)
- ☆ポテトサラダ
- ☆コンソメスープ

離乳完了期
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
鶏肉

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
グリーンリーフ、トマト、ブロッコリー
玉ねぎ、人参、コーン

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、じゃが芋、小麦粉
クルトン、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
コンソメ