

# 本日の給食

平成28年11月25日(金)  
二十四節気②小雪(しょうせつ)  
～12月6日まで



## 1. 2歳児

離乳完了期  
生後12～18ヶ月



- ☆天ぷら盛り合せ  
(エビ・茄子・レンコン  
ごぼう・人参・さつまいも)
- ☆キャベツのおかか和え
- ☆しめじのすまし汁

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

えび

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、玉ねぎ、なす、れんこん  
ごぼう、キャベツ、しめじ

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】

第6群 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米、さつまいも、小麦粉

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