



本日の給食

平成28年11月9日(水)
二十四節気⑳立冬(りっとう)
～11月21日まで



1. 2歳児

離乳完了期
生後12～18ヶ月



- ☆ほうれん草のキッシュ
- ☆ポテトサラダ
- ☆人参のコンソメスープ

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】

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】

赤のお皿

ハム、卵、チーズ、豆乳

緑のお皿

にんじん、きゅうり、コーン
玉ねぎ、ほうれん草、トマト

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】

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)

黄のお皿

米、じゃがいも、マヨネーズ

白のお皿

コンソメ