

本日の給食

平成28年12月12日(月)
二十四節気[㊤]大雪(たいせつ)
～12月21日まで

ホテルニューオータニ
大観苑シェフ特製



☆豚肉と大根と茄子の旨煮
☆発芽玄米入り中華スープ

離乳中期
生後7.8ヶ月



離乳完了期
生後12～18ヶ月



1.2歳児 5歳児食事マナー



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

豚肉、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

大根、ナス、しめじ

ねぎ、もやし

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、発芽玄米

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

中華スープ