



本日の給食

平成28年12月9日(金)
二十四節気[㊤]大雪(たいせつ)
～12月21日まで

- ☆アジフライ
- ☆ポテトサラダ
- ☆うすあげと大根葉の味噌汁



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



- 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
アジ、うすあげ、味噌

- 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
大根葉、玉ねぎ、人参、パプリカ、レタス
キャベツ、紫キャベツ、サニーレタス

- 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、小麦粉、パン粉
じゃが芋、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
かつお、こんぶ