

本日の給食

平成29年1月11日(水)
二十四節気⑳小寒(しょうかん)
～1月19日まで



☆玉子あんかけうどん
☆さつまいも素揚げ

離乳後期
生後9～11ヶ月



1.2歳児



おやつ きなこもち



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、卵

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

玉ねぎ、えのき、しめじ、下仁田葱

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

うどん、さつまいも

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

白のお皿

かつお、こんぶ