

今日の給食

平成29年1月16日(月)
二十四節気②小寒(しょうかん)
～1月19日まで

- ☆炊き込みご飯
- ☆筑前煮
- ☆わかめの味噌汁



おやつ
ぜんざい

1.2歳児

離乳後期
生後9～11ヶ月



- 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、ちくわ、わかめ、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
人参、金時人参、れんこん
ごぼう、たまねぎ、枝豆

- 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

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