

本日の給食

平成29年1月31日(火)
二十四節気②大寒(だいかん)
～2月3日まで



1. 2歳児

- ☆手作りふりかけご飯
- ☆イカと小芋の煮物
- ☆れんこん金平
- ☆すまし汁

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

イカ、とびうお、海苔、海老

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、れんこん、人参

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、小芋、白ごま

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