

本日の給食

平成29年2月9日(木)
二十四節気③立春(りっしゅん)
～2月18日まで



1. 2歳児

離乳後期
生後9～11ヶ月



- ☆金平・鶏肝・つくね色々丼
- ☆海藻ビードロトマトサラダ
梅ドレッシング
- ☆わかめとうすあげの味噌汁

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、うすあげ、わかめ、味噌
鶏肝、ちくわ、ひじき、海藻ビードロ

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、ごぼう、きゅうり
玉ねぎ、トマト、インゲン

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、白ごま、パン粉

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