

本日の給食

平成29年3月8日(水)
二十四節気⑤啓蟄(けいちつ)
～3月20日まで



1.2歳児

離乳後期
生後9～11ヶ月



- ☆鶏とおからの松風焼き
- ☆さつまいも煮
- ☆えのきとわかめの味噌汁

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、わかめ、味噌
豆乳、おから

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、玉ねぎ、枝豆
えのき、れんこん

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、さつまいも、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・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿

かつお、こんぶ