



本日の給食



平成29年5月23日(火)
二十四節気⑩小満(しょうまん)
～6月5日まで



1. 2歳児

- ☆ザーサイご飯
- ☆豆腐中華あんかけ
- ☆中華風野菜サラダ
- ☆ごぼうといかの甘辛煮
- ☆キャベツの金華スープ

離乳初期
生後5～6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】

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】

赤のお皿

豆腐、鶏ミンチ

緑のお皿

人参、豆苗、えのき、レタス、ザーサイ
サニーレタス、もやし、キャベツ、芋づる、ふき

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】

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜スープ・中華スープ)

黄のお皿

米

白のお皿

かつお・こんぶ