



本日の給食



平成29年6月1日(木)
二十四節気⑩小満(しょうまん)
～6月5日まで



1. 2歳児

- ☆白身魚のフライ
- ☆マカロニサラダ
- ☆高野豆腐とねぎの味噌汁

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】

赤のお皿

白身魚、高野豆腐

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

グリーンリーフ、人参
コーン、グリーンピース、ねぎ

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、パン粉、マヨネーズ、マカロニ

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)

白のお皿

かつお・こんぶ