本日の給食

平成29年6月9日(金)
二十四節気⑪芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで

おやつ
愛媛県産
ぽんかん

☆あごご飯
☆五目きんちゃく炊き合わせ
(五目きんちゃく・人参・れんこん
・はちく・かまぼこ・椎茸)
☆なすとこんにゃくの味噌和え
☆わかめと大根葉の味噌汁(酒粕入り)

離乳初期
生後5～6ヶ月

1．2歳児

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
とびうお、うすあげ、味噌、わかめ

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、インゲン、椎茸、筍
はちく、れんこん、なす

第5群　体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
第6群　力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿
米、こんにゃく

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