

今日の給食

平成29年8月29日(火)
二十四節気⑩処暑(しょしょ)
～9月7日まで

5歳児食事マナー



1. 2歳児

☆厚揚げ酢豚風

☆揚げ餃子

☆きゅうりの中華風酢の物

☆ザーサイと玉ねぎの

金華ハム中華コンソメスープ

離乳後期
生後9～11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
厚揚げ、豚肉

緑のお皿
人参、玉ねぎ、きゅうり、茄子
セロリ、ニラ、くわい

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、白ごま、小麦粉

白のお皿
金華ハム中華コンソメ
鶏がらスープ