

# 今日の給食

平成29年10月12日(木)  
二十四節気⑱寒露(かんろ)  
～10月22日まで



- ☆タラの唐揚げ
- ☆人参・しめじの唐揚げ
- ☆大根煮
- ☆茄子の揚げびたし
- ☆高野豆腐の味噌汁

離乳後期  
生後9～11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】

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**  
タラ、高野豆腐、味噌

**緑のお皿**  
人参、しめじ、サラダ菜  
大根、茄子

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・野菜入-フ・中華入-フ)

**黄のお皿**  
米、天かす

**白のお皿**  
かつお、こんぶ