

# 本日の給食

平成29年10月16日(月)  
二十四節気⑱寒露(かんろ)  
～10月22日まで



おやつ  
バナナ



## 1. 2歳児

- ☆松茸ご飯
- ☆絹揚げ煮
- ☆小芋の煮物
- ☆千切り大根煮
- ☆大根葉・ねぎの味噌汁

離乳中期  
生後7～8ヶ月



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】

赤のお皿

絹あげ、うすあげ、味噌

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、ねぎ、大根葉

千切り大根、まつたけ

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、小芋

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)

白のお皿

かつお、こんぶ