



本日の給食



平成29年10月19日(木)

二十四節気⑱寒露(かんろ)

～10月22日まで



1. 2歳児

☆皿うどん

☆もやし中華和え

☆しめじ中華スープ

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】

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

豚肉、ハム

緑のお皿

人参、白菜、玉ねぎ

しめじ、もやし

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

フライ麺

白のお皿

中華スープ