

今日の給食

平成29年10月4日(水)
二十四節気⑱秋分(しゅうぶん)
～10月7日まで



おやつ
(3.4.5歳児)
チーズキャンディー
チョコレート



☆厚揚げ煮 炊き合わせ
(厚あげ、人参、大根、南瓜
椎茸、インゲン、こんにゃく)
☆野菜たっぷり豚汁

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
厚揚げ、豚肉、うすあげ、味噌

緑のお皿
人参、大根、インゲン
南瓜、白菜、大根葉、しいたけ

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】

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、こんにゃく

白のお皿
かつお、こんぶ