



# 本日の給食



平成29年10月6日(金)  
二十四節気⑱秋分(しゅうぶん)  
～10月7日まで



- ☆四元豚 トンカツ
- ☆添え野菜  
(キャベツ・サラダ菜)
- ☆高野豆腐・わかめの味噌汁

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】

赤のお皿

豚肉、卵、わかめ

高野豆腐、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

キャベツ、サラダ菜、トマト

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、巻き糰、小麦粉、パン粉

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