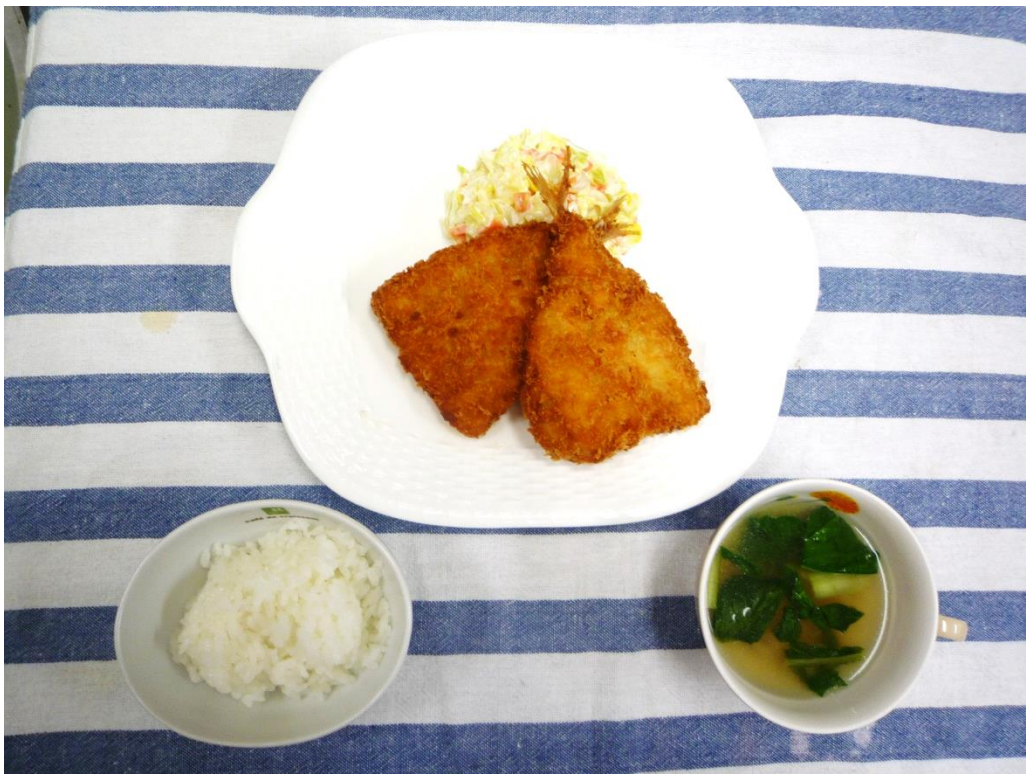




平成29年11月7日(火)  
二十四節気⑳立冬(りっとう)  
～11月21日まで



おやつ  
ミルクもち



- ☆アジフライ
- ☆コールスローサラダ
- ☆小松菜とえのきのスープ

離乳中期  
生後7～8ヶ月



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**  
アジ

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、人参、コーン  
小松菜、えのき

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・野菜スープ・中華スープ)

**白のお皿**  
鶏ガラスープ、コンソメ