

本日の給食

平成29年12月4日(月)
二十四節気②小雪(しょうせつ)
～12月6日まで



- ☆はも照り焼き
- ☆玉子焼き
- ☆じゃが芋と野菜煮
- ☆わかめのすまし汁

離乳中期
生後7～8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

はも、たまご、わかめ

緑のお皿

にんじん、たまねぎ

- 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、じゃがいも

白のお皿

かつお、こんぶ