



本日の給食



平成30年5月25日(金)
二十四節気◎小満(しょうまん)
～6月5日まで



☆筍ご飯

☆炊き合わせ

(高野豆腐・人参

インゲン・南瓜)

☆卵のすまし汁

1・2歳児

離乳中期



離乳後期



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

高野豆腐、ちくわ
うすあげ、卵、ひじき

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

にんじん、かぼちゃ、インゲン
枝豆、玉ねぎ、たけのこ

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
第6群 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米、こんにゃく

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

かつお、こんぶ