

本日の給食

平成30年7月18日(水)
二十四節気⑬小暑(しょうしょ)
～7月22日まで



離乳食後期



1.2歳児

ちくわとたけのこの磯辺揚げ
人参とごぼうのきんぴら
ブロッコリーの
明太マヨネーズあえ

- 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

ちくわ あげ わかめ

- 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

ブロッコリー、人参、ごぼう
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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

ご飯、こんにゃく
白ごま えごま油

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