



本日の給食



平成31年4月22日(月)
二十四節気◎穀雨(こくう)
～5月5日まで



おやつ



離乳食中期



1.2歳児



☆ 筍入り千草焼

☆ いんげんのごま和え

☆ 鶏レバー煮

☆ 大根葉の味噌汁

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

鶏レバー、ちくわ、鶏ミンチ、おから、豆乳

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

筍、人参、枝豆、白ねぎ、大根葉、いんげん

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、ごま、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

酒、みりん、かつお、こんぶ、いわしの煮干し、乾しいたけ、

味噌