



本日の給食



平成31年4月25日(木)
二十四節気◎穀雨(こくう)
～5月5日まで



バナナとみかんの
フルーツポンチ

おやつ



離乳食中期



1.2歳児



- ☆ お好み焼き
- ☆ やきそば
- ☆ ひよこ豆のシーザーサラダ
- ☆ 玉子のお吸い物

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

鶏肉、卵、ひよこ豆、レッドキドニー、
青えんどう豆

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

サニーレタス、きゅうり、トマト、
人参、キャベツ

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

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、
ソース、シーザードレッシング