



本日の給食



令和元年5月24日(金)
二十四節気⑧小満(しょうまん)
～6月5日まで



離乳食中期



1.2歳児



☆和風ロールキャベツ
☆チョップドサラダ
(サウザンアイランド和え)

- 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
豚肉

- 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
キャベツ、人参、大根、レタス、きゅうり、
赤黄緑パプリカ、うすいえんどうの皮

- 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、醤油、
乾しいたけ、いわしの煮干、ドレッシング