



# 本日の給食



令和元年6月14日(金)  
二十四節気◎芒種(ぼうしゅ)  
～6月20日まで



## おやつ 『黄桃入り杏仁豆腐』



## 離乳食中期



## 1.2歳児



- ☆ひじきご飯
- ☆肉じゃが
- ☆うすいえんどう豆煮
- ☆大根とうす揚げの味噌汁

- 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  
ひじき、うす揚げ、牛肉

- 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  
たまねぎ、人参、大根、  
うすいえんどう豆

- 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、じゃがいも

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、  
乾しいたけ、いわしの煮干し、味噌