



# 本日の給食



令和元年6月17日(月)  
二十四節気◎芒種(ぼうしゅ)  
～6月20日まで



金沢近江町市場直送  
甘エビ



離乳食中期



1.2歳児



- ☆炊き込みご飯
- ☆甘エビの味噌汁
- ☆筑前煮
- ☆千切り大根

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

甘エビ、うす揚げ、鶏肉、ちくわ

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

人参、ごぼう、しいたけ、おくら、れんこん、筍、千切大根

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、こんにゃく

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