



# 本日の給食



令和元年7月17日(水)  
二十四節気⑬小暑(しょうしょ)  
～7月22日まで



## 離乳食中期後期



## 1, 2歳児



☆豚しゃぶサラダ

☆かいわれ大根と麩のお吸い物

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  
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  
人参、玉葱、レタス、サニーレタス  
かいわれ大根

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、麩

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、昆布、乾しいたけ  
いわしの煮干し、砂糖、ポン酢