



# 本日の給食



令和元年7月23日(火)  
二十四節気⑭大暑(たいしょ)  
～8月6日まで



## 離乳食中期後期



### 1, 2歳児



- ☆牛肉ビビンバ丼
- ☆春雨のごま酢和え
- ☆わかめの中華スープ

- 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

合挽きミンチ、わかめ

- 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

もやし、人参、きゅうり、インゲン

- 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、春雨、ごま

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、中華だし、塩、米酢、砂糖、醤油