



本日の給食



令和元年7月31日(水)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月6日まで



☆茄子と豚肉のポン酢炒め
☆素麺と玉葱の味噌汁

離乳食中期後期

1, 2歳児



- 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】

- 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】

赤のお皿
豚肉

緑のお皿

玉葱、人参、茄子、もやし、水菜

- 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、素麺

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)

酒、みりん、かつお、こんぶ、
乾しいたけ、いわしの煮干し、味噌、
醤油、塩、鶏ガラ、コンソメ、ポン酢