



本日の給食



令和元年7月4日(木)
二十四節気⑩夏至(げし)
～7月6日まで



おやつ
山形産のさくらんぼ



離乳食後期



離乳食中期



- ☆オムライス デミグラスソース
- ☆水菜とパプリカのサウザンドレッシングサラダ
- ☆サラダ豆の豆乳スープ
(大豆・ひよこ豆・青えんどう豆・レッドキドニー)

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】

赤のお皿

鶏もも肉、鶏むね肉、大豆、豆乳、
ソーセージ、ひよこ豆、
青えんどう豆、レッドキドニー

- 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、玉ねぎ、グリンピース、コーン、
水菜、赤パプリカ、黄パプリカ、ピーマン

- 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

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

ケチャップ、コンソメ、塩
マヨネーズ、赤ワイン、鶏ガラ、酒、みりん