

# 今日の給食

令和元年8月20日(火)  
二十四節気⑮立秋(りっしゅう)  
～8月22日まで



- ☆野菜天ぷら
- ☆大豆のうま煮
- ☆千切大根の煮物
- ☆しめじと麩のお吸い物

## 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**  
大豆、厚揚げ、うす揚げ

## 離乳食中期後期



- 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**  
玉葱、人参、春菊、千切大根、  
しめじ

- 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、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・野菜入<sup>7</sup>・中華入<sup>7</sup>)

**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、砂糖、醤油、塩