

今日の給食

令和元年8月28日(水)
二十四節気⑩処暑(しよしよ)
～8月31日まで



離乳食中期後期



1.2歳児



- ☆照り焼きチキン
- ☆ししとうと万願寺とうがらしとピーマンの炒め物
- ☆大豆煮
- ☆豆腐の味噌汁

- 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
鶏肉、大豆、昆布、豆腐

- 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
ピーマン、ししとう、万願寺とうがらし

- 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
酒、みりん、かつお、こんぶ出汁、塩、醤油
乾しいたけ、いわしの煮干し、砂糖、味噌