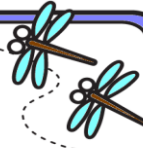




本日の給食



令和元年9月2日(月)
二十四節気⑰白露 (はくろ)
～9月7日まで



今月は、夏バテで失われがちな
ビタミンB1やマグネシウムを多く含む
豆腐、大豆製品を使用したメニューを
取り入れています。

離乳食後期



1.2歳児



☆焼きししゃも

☆じゃが芋入り千切り大根の煮物

☆だし巻き玉子

☆うす揚げの味噌汁

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

ししゃも、卵、うす揚げ

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、千切大根

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、じゃが芋

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿

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