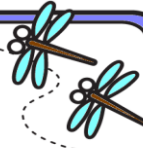




本日の給食



令和元年9月4日(水)
二十四節気⑰白露(はくろ)
～9月7日まで



離乳食後期



1.2歳児



☆厚揚げと野菜炒め

☆煮豆 ☆冷奴

☆かいわれ大根と芽とろろこんぶの味噌汁

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

厚揚げ、豆腐、大豆、昆布、
とろろ昆布

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、玉葱、キャベツ、小松菜、
しめじ、ねぎ、かいわれ大根

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

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

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、味噌、醤油、塩