

今日の給食

令和元年11月25日(月)
二十四節気⑳小雪(しょうせつ)
～12月6日まで



☆三色野菜天ぷら
(人参、オクラ、長芋)
さつまいも天ぷら
ごぼう天ぷら(3.4.5歳児)
☆えのきとかいわれ大根の
味噌汁

1.2歳児



離乳食中期



☆お粥
☆鶏ミンチ
☆人参
☆いんげん
☆さつまいも
☆えのきと
かいわれ大根の味噌汁

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
海苔

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、オクラ、かいわれ大根、
えのき、ごぼう、れんこん

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、さつまいも、長芋、小麦粉

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°・中華入°)

白のお皿
酒、みりん、味噌、かつお、こんぶ、
乾しいたけ、いわしの煮干し