

本日の給食

平成30年12月10日(火)
二十四節気21大雪(だいせつ)
~12月21日まで



離乳食中期



おやつ
りんご



- ☆カレードリア
- ☆ミックスサラダ
- ☆大根葉の豆乳スープ

- 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
鶏ミンチ、豆乳、チーズ

- 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、キャベツ、サニーレタス、レタス、紫キャベツ、トレビス、胡瓜、赤パプリカ、黄パプリカ、パクチー、グリーンリーフ、大根、水菜、大根葉、玉葱、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、パン粉

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

醤油、酒、みりん、コンソメ、
鶏ガラ、カレールウ