

# 本日の給食

平成30年12月26日(水)  
二十四節気<sup>②</sup>冬至(とうじ)  
～1月4日まで

おやつ  
バナナ



1.2歳児



離乳食後期



お粥、人参、レタス、  
豚肉、スナッフえんどう、  
うす揚げと麩の味噌汁



- ☆ チーズハンバーグ
- ☆ スナッフえんどうと人参のソテー
- ☆ マカロニのミートソース和え
- ☆ うす揚げと麩の味噌汁

- 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  
挽肉、チーズ、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  
レタス、きゅうり、人参、  
スナッフえんどう

- 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、麩、マカロニ

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、みりん、乾しいたけ、  
いわしの煮干し、味噌、ケチャップ