

本日の給食

令和元年12月2日(月)
二十四節気②小雪(しょうせつ)
～12月6日まで



- ☆五目巾着炊き合わせ
(五目巾着、大根、かまぼこ天ぷら、
いんげん、高野豆腐)
- ☆こんにゃくとごぼうのきんぴら
- ☆にゅうめん

- ☆大根と鶏肉のお粥
- ☆鮭
- ☆さつまいも
- ☆人参
- ☆いんげん
- ☆高野豆腐
- ☆にゅうめん

離乳食中期



1.2歳児



- 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

いか、きくらげ、うす揚げ、高野豆腐

- 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

いんげん、人参、大根、筍、
キャベツ、しいたけ、ごぼう、ねぎ、
生姜、かんぴょう

- 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、素麺、こんにゃく

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、味噌、かつお、こんぶ、塩
乾しいたけ、いわしの煮干し、醤油、砂糖