



本日の給食



令和2年6月25日(木)
二十四節気⑩(夏至)
～7月6日まで



離乳食 完了期



1.2歳児



本日のおやつ



- ☆あじ大葉フライ
- ☆なすの煮浸し
- ☆かいわれと麩のお吸い物

- ・山形産さくらんぼ
- ・シュークリーム

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

あじ、卵

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、トマト、なすび
かいわれ、えだまめ、えのき
きゅうり、大葉、さくらんぼ

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、小麦、パン粉、麩
マヨネーズ

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、かつお節、さばの節
むしろあじの節、昆布、薄口醤油
醤油、食塩、酢、砂糖、黒こしょう