



本日の給食



令和2年7月22日(水)

二十四節気⑪(大暑)

～8月6日まで



離乳食 後期



離乳食 完了期



1.2歳児



☆ビビンバ

☆チヂミ

☆めんまと水菜の鶏ガラスープ

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、いか、卵、大豆

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

にら、玉ねぎ、にんじん
もやし、きくらげ、ぜんまい
山せり、ほうれん草、水菜、
めんま

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、小麦粉、米粉、
大豆油、ごま

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、中華スープ、鶏ガラ、
醤油、薄口醤油、食塩、砂糖
うま味調味料