



本日の給食



令和2年7月29日(火)

二十四節気⑫(大暑)

～8月6日まで



離乳食 完了期



1. 2歳児



本日のおやつ



信州須藤農園
100%ブルーベリー
ジャムサンド

☆牛ステーキ

☆手作り赤ワインソース

(赤ワイン、バター、玉葱、トマトジュース、醤油、ウスターソース、酒、塩こしょう)

☆添え野菜(ブロッコリー、しいたけ)

☆マカロニサラダ(かぼちゃ、にんじん、コーン、グリーンピース)

☆5色豆の豆乳スープ

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

牛肉、大豆、豆乳
バター、鶏ミンチ

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

玉ねぎ、ブロッコリー、にんじん
グリーンピース、コーン
しいたけ、レッドキドニー
ひよこ豆、いんげん豆

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、マカロニ、かぼちゃ

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、醤油、食塩、砂糖、赤ワイン
コンソメ、鶏ガラ、ケチャップ(アレルギー児)
マヨネーズ、塩こしょう、トマトジュース