



本日の給食



令和2年7月9日(木)

二十四節気⑪(小暑)

～7月22日まで



5歳児 食事マナーの目

離乳食 完了期



1. 2歳児



本日のおやつ



杏仁豆腐

山形県産
さくらんぼ



- ☆トマトシチュー入りメンチカツ
- ☆ミンチコロッケ(0, 1, 2歳児)
- ☆添え野菜(レタス、ピーマン、パプリカ)
- ☆朝採れ
生しいたけのバター赤ワインソテー
- ☆キャベツのコンソメスープ

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

豚肉、牛肉、鶏肉、卵
バター

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

トマト、玉ねぎ、レタス
ピーマン、パプリカ(赤・黄)
しいたけ

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、じゃがいも、パン粉、小麦粉

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

中華スープ、コンソメ、醤油、食塩、
砂糖、コショウ、赤ワイン