

# 今日の給食

令和2年8月4日(火)  
二十四節気⑫(大暑)  
～8月6日まで



## 離乳食 中期



## 1.2歳児



- ☆カレー風味のコーンリゾット
- ☆白身フライ
- ☆レタス、海藻サラダ
- ☆コンソメスープ

## 本日のおやつ



シャインマスカット

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

たら、大豆、わかめ、白きくらげ  
寒天、赤とさかのり  
赤つのまた、しらす  
フロセスチーズ、パルメザンチーズ

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

コーン、にんじん、しいたけ  
パプリカ(赤・黄)  
ピーマン、レタス、小松菜

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、パン粉、でん粉  
クルトン

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

コンソメ、鶏ガラ、米酢、カレー  
醤油、食塩、砂糖、うま味調味料