

本日の給食

令和2年10月1日(木)
二十四節気⑯(秋分)
～10月7日まで



豆腐ハンバーグ
切干大根
ほうれん草

離乳食 中期



離乳食 完了期



1.2歳児



- ☆あんかけ豆腐ハンバーグ
- ☆切干大根
- ☆ほうれん草のお味噌汁

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】

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】

赤のお皿

鶏肉、豆腐、うす揚げ

緑のお皿

玉ねぎ、にんじん、かいわれ
干し大根、ほうれん草

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】

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)

黄のお皿

米、パン粉、片栗粉

白のお皿

鶏ガラ、コンソメ、食塩、砂糖
こしょう、酒、みりん、醤油、かつお節、
味噌、さばの節、むしろあじの節、昆布