

# 本日の給食

令和2年11月24日 (火)

二十四節気⑳(小雪)

～12月6日まで



## 離乳食 後期



## 1.2歳児



## 本日のおやつ



福岡県  
お焼きかいんとう

- ☆あじフライ
- ☆牛肉ごぼう
- ☆ミックスベジタブル・天かす・あおさの  
マヨネーズ和え
- ☆具だくさん味噌汁  
(うす揚げ、白菜、大根、金時人参)

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  
まあじ、牛肉、あおさ  
うす揚げ

緑のお皿  
ごぼう、きゃべつ  
グリーンピース、人参、コーン  
白菜、大根、金時人参

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、パン粉、小麦粉、天かす

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  
醤油、食塩、砂糖、酒、みりん、  
マヨネーズ、かつお節、味噌  
さばの節、むしろあじの節、昆布