

本日の給食

令和2年11月25日 (水)

二十四節気⑩(小雪)

～12月6日まで



離乳食 後期



1. 2歳児



本日のおやつ



バターサンド

- ☆クラムチャウダー
- ☆人参バターライス
- ☆特製ポン酢マヨネーズサラダ

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

あさり、えび、かにかま

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

人参、玉葱、キャベツ、水菜
コーン、レタス、すだち
かぼす

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、バター、じゃがいも
マカロニ、小麦粉、マーガリン

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

食塩、砂糖、白コショウ
鶏ガラ、コンソメ、マヨネーズ、
米酢、醤油、みりん、酒