

# 本日の給食

令和2年12月17日(木)  
二十四節気②(大雪)  
～12月20日まで



## 離乳食後期



## 本日のおやつ



☆お雑煮  
☆小松菜煮浸し

もちつき



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、桜海老、うすあげ

### 緑のお皿

大根、にんじん、白ねぎ、  
しめじ、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】

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入フ・中華入フ)

### 黄のお皿

お餅

### 白のお皿

かつお節、さばの節、むしろあじの節、  
酒、みりん、濃口醤油、薄口醤油、昆布