

今日の給食

平成28年6月10日(金)
二十四節気⑪芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで



☆ハヤシライス
☆赤玉ねぎ・レタス・胡瓜のサラダ

おやつ
はっさく

離乳後期
生後9～11ヶ月



1. 2歳児



- 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
牛肉

緑のお皿
玉ねぎ、赤玉ねぎ、しめじ、トマト
胡瓜、レタス、バナナ、りんご

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 力や体温となる【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、小麦粉、ドレッシング

白のお皿
コンソメ