



本日の給食

平成28年7月13日(水)
二十四節気⑬小暑(しょうしょ)
～7月21日まで



☆和風シチュー
☆サニーレタス・赤玉ねぎ
コーン・ミニトマトの
塩昆布サラダ

1.2歳児




栄養機能食品 (カルシウム)
トマトリコピン くちなしに由来
卵を使っていません

北海道産ソーセージ使用
EPA+DHA 100mg配合

- 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
ソーセージ、塩昆布

- 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
キャベツ、玉ねぎ、赤玉ねぎ、人参
サニーレタス、ミニトマト、コーン

- 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】

黄のお皿
米、じゃが芋

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)

白のお皿
かつお、こんぶ