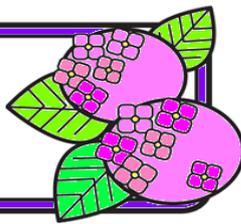




# 本日の給食



平成28年7月1日(金)  
二十四節気<sup>⑫</sup>夏至(げし)  
～7月6日まで



- ☆ 回鍋肉
- ☆ ザーサイご飯
- ☆ もやしと人参の中華ごま酢和え
- ☆ メンマと大根の中華スープ

## おやつ バナナ

**離乳完了**  
生後12～18ヵ月



### 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】

赤のお皿  
豚肉

- 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、人参、たけのこ  
もやし、ザーサイ、大根

- 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、白ごま

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  
貝柱スープ、鶏がらスープ