

# 今日の給食

平成28年8月29日(月)  
二十四節気⑩処暑(しよしよ)  
～9月7日まで



- ☆豆腐の豆乳グラタン
- ☆台湾筍ときゅうり・人参のマヨネーズサラダ
- ☆すまし汁

離乳完了  
生後12～18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】

### 赤のお皿

豆腐、豆乳、海老  
マーガリン、チーズ

- 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

きゅうり、人参、玉ねぎ  
台湾筍、れんこん、セロリ

- 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、麩、マヨネーズ、小麦粉

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

かつお・こんぶ