

今日の給食

平成28年8月3日(水)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月7日まで

- ☆炊き合わせ
- ☆だし巻玉子
- ☆もずく酢 手作り針生姜甘酢漬け添え(4.5歳児)
- ☆うすあげと玉ねぎの味噌汁



炊き合わせは、
素材を生かすため
個別に炊き、
盛り合せています。

離乳中期
生後8～10ヶ月



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

卵、平天、ちくわ、もずく、味噌

- 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

冬瓜、人参、生姜
さやいんげん、玉ねぎ

- 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、こんにゃく

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