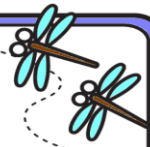




本日の給食



平成28年9月13日(火)
二十四節気⑰白露 (はくろ)
～9月22日まで



- ☆ 中華山菜おこわ
- ☆ 中華ちまき
- ☆ シューマイ
- ☆ 春雨サラダ
- ☆ 小松菜の中華スープ

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】

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

鶏肉、豚肉、たら
きくらげ、春雨

緑のお皿

玉ねぎ、人参、小松菜、わらび、筍
ぜんまい、えのき、ふき、きゅうり

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、もち米、白ごま、小麦粉

白のお皿

中華スープ