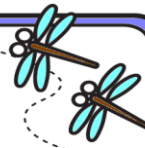




# 本日の給食



平成28年9月26日(月)  
二十四節気<sup>⑩</sup>秋分(しゅうぶん)  
～10月7日まで



## 1. 2歳児

- ☆山菜寿司
- ☆あご煮
- ☆かいわれ・カニカマのすまし汁

離乳完了期  
生後12～18ヶ月



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、しらす、あご  
でんぶ、のり、カニカマ

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

ふき、しいたけ、かいわれ大根

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・野菜入<sup>7</sup>・中華入<sup>7</sup>)

### 白のお皿

かつお、こんぶ