



# 本日の給食

平成28年10月1日(土)  
二十四節気<sup>⑩</sup>秋分(しゅうぶん)  
～10月7日まで



☆巻き寿司  
☆茄子の揚げびたし  
☆シューマイ  
☆さつまいの味噌汁

## 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、卵、でんぶ

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、しいたけ  
なす、たまねぎ

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、さつまい、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