



本日の給食



平成28年10月26日(水)
二十四節気⑳霜降(そうこう)
～11月6日まで

- ☆春巻き
- ☆添え野菜(キャベツ・トマト)
- ☆春雨サラダ
- ☆人参中華スープ



離乳完了期
生後12～18ヶ月



1.2歳児



おやつ 柿



- 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

鶏肉、豚肉、春雨、きくらげ

- 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

玉ねぎ、人参、キャベツ
トマト、たけのこ

- 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、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

中華スープ