

# 本日の給食

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



- ☆炊き込みおこわ(1. 2. 3歳児)
- ☆山菜おこわ(4. 5歳児)
- ☆わかめご飯(5歳児)
- ☆五子焼き
- ☆インゲンのバターソテー
- ☆煮豆
- ☆平天の煮物
- ☆チーズソーセージ(3. 4. 5歳児)
- ☆あおさのすまし汁



離乳食完了期  
生後12～18ヶ月



2歳児  
うさぎ組



4歳児  
きりん組



1歳児  
いす組



3歳児  
ぱんだ組



5歳児  
らいおん組

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、あおさ、うすあげ  
大豆、ソーセージ、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**

人参、たまねぎ、ごぼう、しいたけ  
インゲン、わらび、ぜんまい、ふき

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】  
第6群 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

**黄のお皿**

米、白ごま  
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・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

**白のお皿**

かつお、こんぶ