

今日の給食

平成29年1月20日(金)
二十四節気⑳大寒(だいかん)
～2月3日まで



有機米使用

- ☆ 鮭の塩焼き
- ☆ 金時豆
- ☆ 切干大根の煮物
- ☆ たまごのすまし汁

離乳後期
生後9～11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】

赤のお皿
鮭、卵、豆

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、切干大根

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

黄のお皿
米

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