

今日の給食

平成29年2月17日(金)
二十四節気③立春(りっしゅん)
～2月18日まで



1. 2歳児

離乳後期
生後9～11ヶ月



- ☆お好み焼き
- ☆マカロニサラダ
- ☆大根とうすあげの味噌汁

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】

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】

赤のお皿

豚肉、卵、青のり

緑のお皿

キャベツ、人参、きゅうり
大根、大根葉、山芋

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】

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)

黄のお皿

小麦粉、マヨネーズ

白のお皿

かつお、こんぶ