

# 本日の給食

平成29年3月1日(水)  
二十四節気④雨水(うすい)  
～3月5日まで



- ☆鶏飯
- ☆れんこん煮
- ☆千切り大根煮
- ☆わかめの味噌汁

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

鶏肉、平天、ごぼう天  
うすあげ、竹輪、わかめ、味噌

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

切干大根、人参、れんこん  
しめじ、ごぼう

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・野菜入-フ°・中華入-フ°)

白のお皿

かつお、こんぶ