



本日の給食



平成29年5月30日(火)
二十四節気⑩小満(しょうまん)
～6月5日まで



1. 2歳児

☆焼き鳥

☆きゅうりとわかめの酢の物

☆玉子焼き

☆えのきとねぎの味噌汁

離乳初期
生後5～6ヶ月



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

鶏肉、卵、豆乳、わかめ、味噌

緑のお皿

えのき、ねぎ、人参、きゅうり

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・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

黄のお皿

米

白のお皿

かつお・こんぶ