



# 本日の給食



平成29年6月14日(水)  
二十四節気⑪芒種(ぼうしゅ)  
～6月20日まで



1. 2歳児

- ☆高野豆腐の炊き合わせ  
(高野豆腐・五目しんじょ  
れんこん・まいたけ・赤こんにゃく)
- ☆キャベツとちくわの煮びたし
- ☆フロッキーと玉ねぎの味噌汁

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】

赤のお皿

高野豆腐、たら、豆乳、味噌  
きくらげ、うすあげ、ちくわ

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、玉ねぎ、フロッキー  
まいたけ、れんこん、枝豆、筍

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、赤こんにゃく

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿

かつお・こんぶ