



# 本日の給食



平成29年6月2日(金)  
二十四節気⑩小満(しょうまん)  
～6月5日まで



☆五目寿司

☆じゃがいもの甘辛煮(0. 1. 2. 3歳児)

☆栗きんとん(4. 5歳児)

☆玉子豆腐のすまし汁

離乳初期  
生後5～6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

海老、玉子豆腐、卵  
高野豆腐、でんぶ、海苔

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、きゅうり、しいたけ、ごぼう、竹の子  
わらび、いもつる、えのき、なめこ、木耳、ねぎ

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