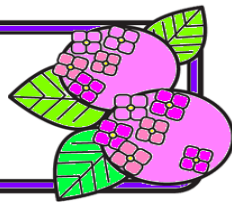




# 本日の給食



平成29年6月30日(金)  
二十四節気⑫夏至(げし)  
～7月6日まで



## ☆助六寿司

(巻き寿司・いなり寿司)

## ☆茄子の揚げびたし

## ☆水菜と蒲鉾のすまし汁

## 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

卵、おぼろ、海苔  
うすあげ、かまぼこ

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

玉ねぎ、水菜、かんぴょう  
椎茸、きゅうり、なす

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、黒ゴマ

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