



# 本日の給食

平成29年7月19日(水)  
二十四節気⑬小暑(しょうしょ)  
~7月22日まで



☆千ジャオロース  
☆きゅうりとわかめの酢の物  
☆キャベツの中華スープ

## 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

豚肉、わかめ

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

キャベツ、きゅうり、人参  
玉ねぎ、ピーマン、もやし

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、じゃがいも、小麦粉

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

中華スープ