

# 今日の給食

平成29年7月26日(水)  
二十四節気⑭大暑(たいしょ)  
～8月7日まで



1. 2歳児

- ☆貝柱野菜煮合わせ  
(ほたて・人参・インゲン  
大根・椎茸・高野豆腐)
- ☆ひじき煮
- ☆にゅうめん

離乳中期  
生後7～8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

ほたて、高野豆腐  
うすあげ、ひじき

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、インゲン、大根、椎茸、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、そうめん

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)

白のお皿

かつお・こんぶ