

今日の給食

平成29年7月7日(金)
二十四節気⑬小暑(しょうしょ)
～7月22日まで



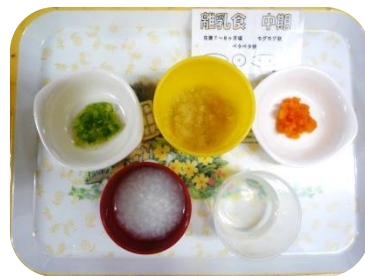
5歳児食事マナー



1. 2歳児



離乳中期
生後7～8ヶ月



- ☆ちらし寿司
- ☆なすとねぎの煮浸し
- ☆にゅうめん

- 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、カニカマ、でんぷ
高野豆腐、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

なす、ねぎ、人参、きゅうり
しいたけ、オクラ

- 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、素麺

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