

今日の給食

平成29年8月2日(水)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月7日まで



☆夏野菜カレー(うり、人参、
じゃがいも、なす、玉ねぎ)

☆きゅうりともやしのおごま
ポン酢和え

☆キャベツのコンソメスープ

離乳中期
生後7～8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

牛乳

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

うり、人参、じゃがいも、なす
玉ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ

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

コンソメ、かつお、みりん、酒