

# 今日の給食

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



## 1. 2歳児



☆大根のクリーム煮

☆紫玉ねぎときゅうりのサラダ

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

大根、人参、紫玉ねぎ  
きゅうり、ブロッコリー

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・野菜入-フ°・中華入-フ°)

白のお皿

かつお、こんぶ