

# 本日の給食

平成29年10月2日(月)  
二十四節気⑱秋分(しゅうぶん)  
～10月7日まで



## 1. 2歳児

- ☆天ぷら  
(ハモ、なす、人参  
れんこん、松茸)
- ☆イカと小芋の煮物
- ☆松茸のすまし汁

離乳後期  
生後9～11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】

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】

赤のお皿

ハモ、イカ

緑のお皿

人参、なす、松茸  
れんこん、インゲン

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】

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)

黄のお皿

米、小芋

白のお皿

かつお、こんぶ