

今日の給食

平成29年10月5日(木)
二十四節気⑱秋分(しゅうぶん)
～10月7日まで



- ☆変わり酢豚
- ☆チンゲン菜ソテー
- ☆豆腐 人参甘酢かけ
- ☆玉子スープ

離乳後期
生後9～11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】

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

鶏肉、豆腐、卵

緑のお皿

人参、玉ねぎ
ピーマン、チンゲン菜

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、黒ゴマ

白のお皿

中華スープ