

# 本日の給食

平成29年11月14日(火)  
二十四節気⑳立冬(りっとう)  
～11月21日まで



- ☆海鮮パエリア
- ☆マカロニサラダ
- ☆人参コンソメスープ

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】

- 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

あさり、えび、いか

緑のお皿

玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン  
黄・赤パプリカ、グリーンピース、サラダ菜

- 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、マヨネーズ

白のお皿

コンソメ