

本日の給食

平成29年11月9日(木)
二十四節気⑳立冬(りっとう)
～11月21日まで



- ☆ビビンバ
- ☆春雨サラダ
- ☆わかめスープ

離乳中期
生後7～8ヶ月



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】

赤のお皿
牛肉、卵、わかめ、春雨

- 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
もやし、人参、せんまい
ふき、芋づる、きゅうり

- 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、白ごま

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
中華スープ