

# 今日の給食

平成29年12月6日(水)  
二十四節気②小雪(しょうせつ)  
～12月6日まで



- ☆高菜しらすチャーハン
- ☆焼売
- ☆ミニラーメン

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】

赤のお皿  
しらす

- 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  
にんじん、もやし、玉ねぎ  
高菜、メンマ

- 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、中華麺、小麦粉

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