

本日の給食

平成30年2月16日(金)
二十四節気①立春(りっしゅん)
～2月18日まで



☆肉団子と白菜の
和風シチュー
☆大根サラダ
(かいわれ大根・大根
金時人参・切干大根)

離乳後期



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
豚肉

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
人参、白菜、玉ねぎ、切干大根
貝割れ大根、金時人参

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、じゃが芋、ドレッシング

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
かつお、こんぶ