

# 今日の給食

平成30年2月1日(木)  
二十四節気<sup>24</sup>大寒(だいかん)  
～2月3日まで



1. 2歳児

離乳後期



- ☆コロッケ
- ☆キャベツと人参のサラダ
- ☆添え野菜(トマト・ゆで卵)
- ☆えのきと水菜のコンソメスープ

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

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、キャベツ、トマト  
玉ねぎ、水菜、えのき

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、小麦粉  
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

コンソメ