



本日の給食



平成30年6月11日(月)
二十四節気◎芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで



離乳中期
生後7～8ヶ月



離乳後期
生後9～11ヶ月



1. 2歳児



- ☆豚ばら肉の生姜焼
- ☆かぼちゃサラダ
- ☆ほうれん草とえのきの味噌汁

- 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、味噌

- 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
玉ねぎ、人参、南瓜、きゅうり
ほうれん草、えのき、レタス

- 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、マヨネーズ

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

白のお皿
かつお、こんぶ