

# 今日の給食

平成30年7月20日(金)  
二十四節気⑬小暑(しょうしょ)  
～7月22日まで



## 本日のおやつ



パンケーキ、マドレーヌ、メロンパン

離乳食後期



1.2歳児



- ☆牛肉とパプリカの焼肉風
- ☆粉ふきいも
- ☆わかめスープ
- ☆ごはん

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、わかめ

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  
赤パプリカ、黄パプリカ  
ピーマン、もやし

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  
ごはん、じゃがいも

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  
鶏ガラ、中華スープ