

今日の給食

平成30年7月24日(火)
二十四節気(14)大暑(たいしょ)
～8月6日まで



本日のおやつ



離乳食後期



1.2歳児



- ☆焼き魚(さば)
- ☆小松菜とうす揚げの煮浸し
- ☆きゅうりとわかめの酢の物
- ☆うどんのおすまし

- 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
さば、うす揚げ、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
きゅうり、小松菜

- 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、うどん

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿
かつお、こんぶ、酒