

# 今日の給食

平成30年7月27日(金)  
二十四節気⑭大暑(たいしよ)  
～8月6日まで



離乳食後期



1.2歳児



- ☆和風ハンバーグ(たれは三杯酢)
- ☆なすの煮浸し 人参のソテー
- ☆長芋とうす揚げのみそ汁

- 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  
鶏肉、うす揚げ

- 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  
れんこん、人参  
なす、たまねぎ、ふき、きくらげ

- 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、山芋、パン粉、片栗粉

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°・中華入°)

白のお皿  
かつお、こんぶ、酒