

# 今日の給食

平成30年8月20日(月)  
二十四節気⑮立秋(りっしゅう)  
～8月22日まで

かに野菜パン(0.1.2歳)



めんたいバターフランス  
(3.4.5歳)

離乳食後期



1.2歳児



- ☆ 変わり千草焼き
- ☆ 小松菜としらす炒め
- ☆ ごぼうの醤油漬け
- ☆ すまし汁

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、しらす、豆腐、麩、枝豆

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、なす、玉ねぎ  
ごぼう、小松菜、人参

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、ごま、パン粉

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入フ・中華入フ)

白のお皿

こんぶ、かつお、みりん、酒