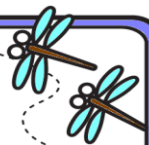




本日の給食



平成30年9月19日(水)
二十四節気(18)彼岸(ひがん)
～9月20日まで



離乳食後期



1.2歳児



- ☆ハムカツ、ミンチカツ
- ☆にがうりのみそ炒め
- ☆サラダ
- ☆豆腐と水菜のみそ汁

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
豚肉、豆腐

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
キャベツ、水菜
人参、にがうり、きゅうり

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

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