

本日の給食

平成31年4月16日(火)
二十四節気⑤清明(せいめい)
~4月19日まで



離乳食中期



1,2歳児



- ☆ 中華ちまき
- ☆ 焼売
- ☆ 春雨サラダ
- ☆ もやし中華スープ

- 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、春雨

- 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
人参、きゅうり、玉ねぎ、生姜、
しいたけ、もやし、たけのこ

- 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
もち米、ごま

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
酒、みりん、しょうゆ、鶏ガラ、
コンソメ、酢