



本日の給食



平成31年24日(水)
二十四節気◎穀雨(こくう)
～5月5日まで



離乳食中期



- ☆焼ししゃも
- ☆里芋煮 ☆クワイ煮
- ☆きゅうりの酢の物
- ☆具だくさん味噌汁

1.2歳児



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】

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】

赤のお皿

ししゃも、うす揚げ、かにかま、豆腐

緑のお皿

きゅうり、白菜、しめじ、人参、
きめさや、大根

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】

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)

黄のお皿

米、里芋、さつまいも、クワイ

白のお皿

酒、みりん、かつお、こんぶ、酢、
乾しいたけ、いわしの煮干し