



本日の給食



令和元年5月27日(月)
二十四節気⑧小満(しょうまん)
～6月5日まで



- ☆赤魚の煮付け
- ☆厚揚げと筍の煮物
- ☆ほうれん草のごま和え
- ☆豆腐とえのきの味噌汁

今日のおやつ



離乳食中期



離乳食後期



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

赤魚、厚揚げ、豆腐

緑のお皿

ほうれん草、人参、筍、えのき

- 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、こんにゃく、ごま

白のお皿

酒、みりん、かつお、こんぶ、醤油、
乾しいたけ、いわしの煮干し、味噌