



# 本日の給食



令和元年5月29日(水)  
二十四節気⑧小満(しょうまん)  
～6月5日まで



## 離乳食中期・後期



## 1.2歳児



- ☆豆腐玉子あん丼
- ☆小松菜の煮浸し
- ☆しめじとかいわれのすまし汁
- ☆茎わかめとしいたけの佃煮

- 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

卵、豆腐、うす揚げ、茎わかめ

- 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

枝豆、小松菜、かいわれ、しめじ、しいたけ

- 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、天かす

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

酒、みりん、かつお、こんぶ、醤油、乾しいたけ、いわしの煮干し