

今日の給食

令和元年8月1日(木)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月6日まで



離乳食中期



1, 2歳児



- ☆鶏肉と枝豆の炒め丼
- ☆冷奴
- ☆白菜とうす揚げの味噌汁

- 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

鶏肉、うす揚げ、卵、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

白菜、枝豆、ねぎ、玉葱

- 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・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

酒、みりん、かつお、こんぶ、
乾しいたけ、いわしの煮干し、味噌、
醤油、片栗粉、砂糖