

# 今日の給食

令和元年8月6日(火)  
二十四節気⑭大暑(たいしょ)  
～8月6日まで

## 離乳食中期後期



## 1, 2歳児



☆豚角煮のせご飯

☆豆腐ステーキのきのこあんかけ

☆ゴーヤのおかか和え

☆じゃが芋と人参の味噌汁

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

木綿豆腐、豚肉

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、まいたけ、しめじ、えのき、  
ゴーヤ、ほうれん草

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、じゃが芋

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、かつお節、砂糖