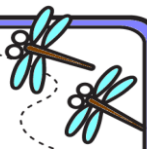




# 本日の給食



令和元年9月9日(月)  
二十四節気⑱彼岸(ひがん)  
～9月20日まで

## 離乳食後期



## 1.2歳児



- ☆カレイのパン粉揚げ
- ☆きゅうりとわかめの酢の物
- ☆茄子の煮浸し
- ☆えのきの味噌汁

- 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  
カレー、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  
きゅうり、茄子、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】

黄のお皿  
米、パン粉

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