

本日の給食

令和元年10月11日(金)
二十四節気⑰寒露(かんろ)
～10月22日まで



- ☆五目きんちゃく炊き合わせ
(五目きんちゃく、人参、大根、こんにゃく)
- ☆白菜とうす揚げの煮浸し
- ☆かいわれ大根とえのきのすまし汁

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

うす揚げ、高野豆腐

緑のお皿

大根、人参、かいわれ大根、えのき、
かんぴょう、いんげん、筍、
キャベツ、しいたけ、白菜

- 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

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、醤油、砂糖、塩