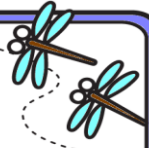




本日の給食



令和元年10月4日(金)
二十四節気⑩秋分(しゅぶん)
～10月7日まで



離乳食後期



1.2歳児



- ☆高菜ご飯
- ☆素麺ビーフン風(1.2.3歳児)
うどんビーフン風(3.4.5歳児)
- ☆さつま芋煮
- ☆押し麦とグリンピースの中華スープ

- 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
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
ピーマン、人参、玉葱、高菜、
キャベツ、グリンピース

- 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、さつまいも、素麺、押麦、
ごま、うどん

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、鶏ガラ、コンソメ、塩、
醤油、砂糖、中華だし、ごま油