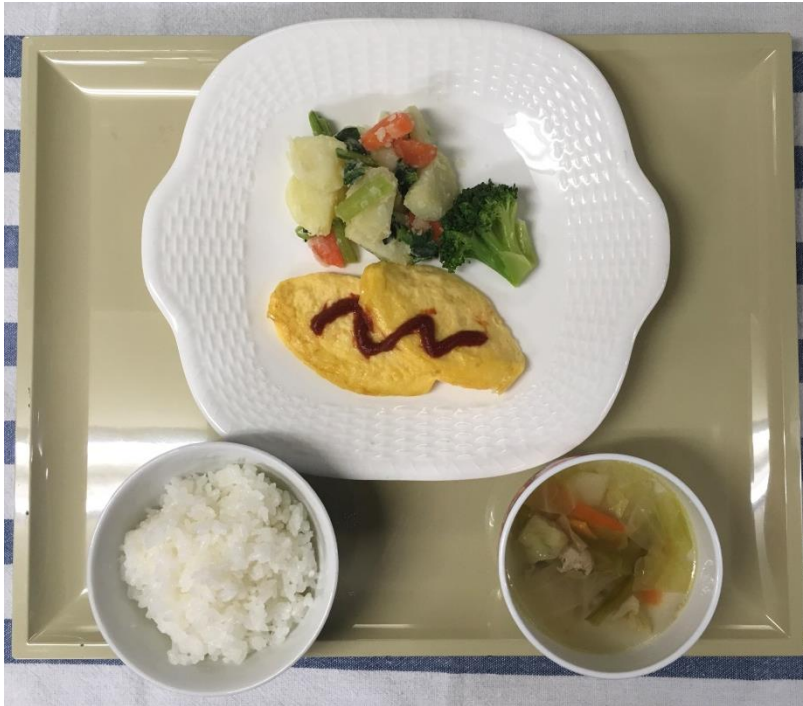


本日の給食

令和元年11月1日(金)

二十四節気⑱霜降(そうこう)

～11月6日まで



☆プレーンオムレツ

☆添え野菜 ブロッコリー

☆じゃがいもと小松菜のソテー

☆野菜スープ

離乳食後期



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

卵、豚肉

1.2歳児



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

ブロッコリー、玉葱、人参、
ピーマン、小松菜、キャベツ

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、鶏ガラ、コンソメ、
塩、こしょう、ケチャップ