

本日の給食

令和元年11月7日(木)
二十四節気⑱立冬(りっとう)
～11月21日まで



本日のおやつ かき



離乳食中期



- ☆鶏お粥
- ☆卵白
- ☆グリーンピース
- ☆コーン
- ☆人参
- ☆キャベツとクルトンの
鶏がらスープ

- ☆キーマカレー
- ☆水菜と大根の
青じそドレッシングサラダ
- ☆キャベツとクルトンの
鶏がらスープ

1.2歳児



5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】

赤のお皿

合挽き肉、鶏ミンチ、卵
ひよこ豆、レッドキドニー、
青えんどう豆

- 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、玉葱、グリーンピース、コーン、
水菜、キャベツ、枝豆、青じそ、大根

- 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、クルトン

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、中華だし、鶏ガラ、塩
ケチャップ、コショウ、ガーリック、あご、カレー粉、
ウスターソース、醤油、酢