

本日の給食

令和元年11月8日(金)
二十四節気⑱立冬(りっとう)
～11月21日まで



1.2歳児



- ☆園特製ふりかけご飯
- ☆ミートコロッケ
- ☆サニーレタスとパプリカの
かつお醤油ドレッシングサラダ
- ☆ごぼうと人参のマヨネーズ和え
- ☆卵ともやしの味噌汁

離乳食中期



- ☆お粥
- ☆人参
- ☆黄パプリカ
- ☆赤パプリカ
- ☆ピーマン
- ☆ひき肉入りじゃがいも
- ☆卵ともやしの味噌汁

- 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
牛ミンチ、えび、卵

- 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
ごぼう、人参、玉葱、ピーマン、
赤パプリカ、黄パプリカ、しいたけ、
サニーレタス、もやし

- 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、じゃがいも、パン粉、
白ごま、黒ごま

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)

白のお皿
酒、みりん、かつお、こんぶ、塩、砂糖
乾しいたけ、醤油、味噌、いわしの煮干し、あご、
酢、マヨネーズ