



本日の給食

平成30年12月19日(木)
二十四節気21大雪(だいせつ)

～12月21日まで

1.2歳児

今日のおやつ

0.1.2.3歳:キウイ

4.5歳:りんご



村上先生のお家の庭で育てた
無農薬キウイです。
4.5歳児の皆さんは、
来週お楽しみに♪



☆お雑煮

離乳食後期



おにぎり
お雑煮(もちなし)

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、鶏肉、ちくわ

緑のお皿

白菜、人参、大根、大根葉、

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・野菜スープ・中華スープ)

黄のお皿
もち

白のお皿

酒、みりん、醤油、かつお、こんぶ、
乾しいたけ、いわしの煮干し