



本日の給食



令和2年6月19日(金)
二十四節気◎芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで



離乳食 完了期



1.2歳児



- ☆桃包焼売
- ☆チキン酢豚風
- ☆春雨サラダ
- ☆押麦と水菜の中華スープ

本日のおやつ

ヨーグルト



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

鶏肉、ヨーグルト

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

にんじん、きゅうり、枝豆、ピーマン、水菜、たまねぎ、パプリカ(赤・黄)

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、押麦、春雨、焼売の皮、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・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

酒、みりん、鶏ガラ、中華だし、醤油、食塩、米酢、砂糖、ごま油、えごま、金華ハムコンソメ