



# 本日の給食



令和2年7月14日(火)

二十四節気①(小暑)

～7月22日まで



離乳食 後期



離乳食 完了期



本日のおやつ



チューベツ



沖縄県産  
パイナップル

## 夏祭りメニュー

☆お好み焼き

☆ウインナードッグ

☆特製ふりかけのおにぎり

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、ソーセージ、鶏肉、豚肉、大豆、あご、えび、あおさ、昆布、わかめ

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

キャベツ、長ねぎ、生姜

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、白ごま、黒ごま、黒とろろ、小麦粉、マヨネーズ

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、かつおだし、昆布、醤油、食塩、砂糖