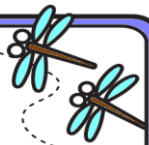




本日の給食



令和2年9月10日 (木)

二十四節気⑮(白露)

～9月22日まで



離乳食 後期



1. 2歳児



☆焼き鳥(タレ、塩)

☆ひじき煮

☆大豆五目煮

☆大根と高野豆腐のお味噌汁

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

鶏肉、大豆、昆布
ひじき、高野豆腐
ちくわ、うす揚げ

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、ごぼう、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、小麦、こんにゃく
でん粉

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、かつお節、味噌
さばの節、むしろあじの節、昆布
醤油、食塩、砂糖