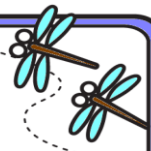




# 本日の給食



令和2年9月11日(金)

二十四節気⑮(白露)

～9月22日まで

## 有機米の日



## 離乳食 後期



## 1.2歳児



- ☆ホッケの塩焼き
- ☆玉子豆腐
- ☆いんげんのゴマ和え
- ☆麩のお味噌汁

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  
ホッケ、玉子豆腐

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  
いんげん、ねぎ

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、麩、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、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