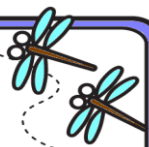




本日の給食



令和2年9月15日 (火)

二十四節気⑮(白露)

～9月22日まで



離乳食 中期



離乳食 後期



0、1、2歳児



3、4、5歳児



洋食ランチ

- ☆エビフライ ☆ハムカツ
- ☆ミートソーススパゲティー ☆粉ふき芋
- ☆キャベツのコンソメスープ(味噌風味)

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

えび、ハム、鶏肉
あおさ、卵

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、玉葱、グリーンピース
コーン、キャベツ、トマト

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、スパゲティー
じゃがいも、小麦、パン粉
でん粉、オリーブオイル

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、トンカツソース
醤油、食塩、砂糖、ウスターソース、コショウ
トマトケチャップ、コンソメ、鶏ガラ