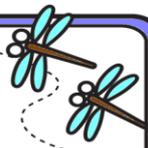




# 本日の給食



令和2年9月28日(月)

二十四節気⑯(秋分)

～10月7日まで



## 離乳食 中期



## 離乳食 後期



## 1. 2歳児



☆麻婆豆腐

☆パプリカの中華炒め

☆もやしと枝豆の鶏ガラスープ

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、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  
パプリカ、ピーマン、もやし  
枝豆

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、ごま油、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  
鶏ガラ、中華だし、酒、みりん、味噌  
醤油、食塩、砂糖、コショウ