

今日の給食

令和2年10月12日(月)
二十四節気⑰(寒露)
～10月22日まで

こ褒美ランチ



ウインナー、オムレツ
人参、大根、ブロッコリー
グリーンピース

運動会
よくがんばりました!



離乳食 中期



離乳食 完了期



1.2歳児



☆お子様ランチ

- ・ケチャップバターライス ・ナポリタン ・オムレツ
- ・ハンバーグ ・唐揚げ ・ウインナー

☆鶏レバー煮

☆キャベツとブロッコリーの和風コンソメスープ

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】

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】

赤のお皿

鶏肉、豚肉、牛肉、卵
チーズ

緑のお皿

にんじん、グリーンピース
コーン、ピーマン、玉ねぎ
キャベツ、ブロッコリー
しょうが

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】

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)

黄のお皿

米、スパゲティ、バター
パン粉、でん粉、サラダ油

白のお皿

酒、みりん、醤油、食塩、砂糖
鶏ガラ、コンソメ
ケチャップ、こしょう