

# 今日の給食

令和2年10月27日 (火)  
二十四節気⑱ (霜降)  
～11月7日まで

遠藤五一さんから  
新米が届きました!



離乳食 中期



1.2歳児



☆変わり木の葉丼  
☆豚汁  
☆デザート かき

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  
卵、かまぼこ、ちくわ  
豚肉

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  
菊菜、白菜、大根  
にんじん、しいたけ  
かき

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、天かす、こんにゃく、片栗粉

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる

(味噌汁・野菜入<sup>7</sup>・中華入<sup>7</sup>)

白のお皿  
醤油、食塩、砂糖、酒、みりん  
かつお節、味噌  
さばの節、むしろあじの節、昆布