



本日の給食



令和3年5月12日(水)
二十四節気⑦立夏(りっか)
~5月20日まで



離乳食中期



離乳食後期

- ☆豚のシャリアピンソース
- ☆添え野菜 (キャベツ、ブロッコリー)
- ☆和風コンソメスープ

★本日のおやつ★



台湾パイナップル

- 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
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
玉ねぎ、キャベツ、ブロッコリー

- 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
お米

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
かつお節、さばの節、むしろあじの節、
昆布、酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、
赤白ワイン、ソース、オリーブオイル