



本日の給食



令和3年5月17日（月）
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



☆和風ポトフ

☆ほうれん草と卵のバターソテー

- 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

ソーセージ、卵

緑のお皿

大根、人参、えんどう豆、
ブロッコリー、ほうれん草

- 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

お米

白のお皿

鶏がら、コンソメ、酒、みりん、
醤油、砂糖、塩、胡椒