



# 本日の給食



令和3年7月7日(水)

二十四節気⑩小暑(しょうしょ)

～7月21日まで



5歳児 食事マナー



離乳食後期



離乳食完了期



- ☆セタちらし
- ☆うざく
- ☆お吸い物  
(素麺・オクラ)
- ☆デラウエア

## ★本日のおやつ★



グレープフルーツゼリー(セタ仕立て)

- 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

海老、まぐろ、鰹  
じゃこ、卵、桜でんぶ

- 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

いんげん、にんじん、干し椎茸  
きゅうり、オクラ

- 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、素麺

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、酢