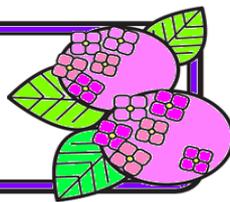




# 本日の給食



令和4年6月10日(金)  
二十四節気⑩小満(しょうまん)  
~6月20日まで



5歳児  
ララ橋波へお買い物



つくしさんの  
和菓子

☆筑前煮

☆桜エビと小松菜の炒め物

☆切り干し大根の酢の物

☆かいわれだいこんと豆腐のみそ汁

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  
豆腐 桜エビ

緑のお皿

いんげん たけのこ ごぼう れんこん  
人参 きゅうり 切り干し大根  
小松菜 かいわれ大根

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】

第6群 力や体温となる【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 こんにゃく

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 酢