

本日の給食

令和4年9月28日(水)
二十四節気⑱秋分(しゅうぶん)
～10月7日まで



本日より遠藤五一さんの新米に
変わりました。

- ☆豆腐ハンバーグ
- ☆サラダ
- ☆わかめとうす揚げの味噌汁



離乳食後期



おやつ



ほうじ茶のゼリー
マスカルポーネクリーム

- 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

鶏ミンチ 卵 豆腐 わかめ うす揚げ みそ

- 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

胡瓜 トマト キャベツ ブリッコリー
大根 かいわれ大根 人参 玉ねぎ
えのき 椎茸 白ネギ

- 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 サラダ油 パン粉

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 酒
醤油 みりん 砂糖 ポン酢
胡椒 塩 鶏ガラ コンソメ クミン