

# 本日の給食

令和5年4月17日(月)  
二十四節気(清明)  
~4月19日まで

## 離乳食後期



- ☆春ちらしずし
- ☆小松菜とうす揚げの煮
- ☆筍天ぷら
- ☆おすまし

## おやつ



## グレープフルーツ

- 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

うす揚げ 卵 高野豆腐 海老

- 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

小松菜 人参 いんげん 筍  
かいわれ 茎みょうが タラの芽

- 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】

### 黄のお皿

米 花麩 さくらでんぶ

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