



# 本日の給食



令和5年5月15日(月)

二十四節気(立夏)

～5月20日まで

## 離乳食後期



### ☆和風ポトフ

### ☆明太マヨネーズサラダ

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

ソーセージ、明太マヨネーズ

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

大根、人参、新玉ねぎ、レタス  
ブロッコリー、きゅうり、トマト

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

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  
コンソメ、鶏がら、昆布、酒、みりん  
醤油、砂糖、塩