



# 本日の給食



令和5年5月19日(金)

二十四節気(立夏)

~5月20日まで

## 離乳食後期

離乳食 後期  
生後9~11ヶ月頃 カミカミ期  
バナナくらいの固さ  
離乳食(汁) 全粥



- ☆かき揚げうどん
- ☆ひじき煮
- ☆たけのこの土佐煮

## おやつ



ハネットーネ

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、ひじき、うす揚げ  
昆布、ちりめんじゃこ

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

水菜、グリーンピース  
人参、玉ねぎ、筍、ごぼう

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

うどん

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、焼のどぐろだし、酒、みりん、醤油  
砂糖、塩