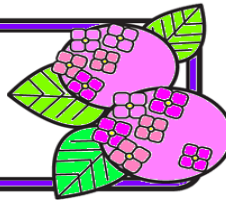




本日の給食



令和5年6月1日(水)
二十四節気(小満)
~6月5日まで

離乳食後期



金沢近江市場の甘えび

おやつ



新宿高野の
ジャム入り
サンドウィッチ

- ☆ 鮭炒飯
- ☆ 甘えびのから揚げ
- ☆ 切り干し大根煮
- ☆ わかめとうす揚げの味噌汁

- 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】

赤のお皿

海老 鮭 うす揚げ 味噌
わかめ 竹輪

- 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

人参 玉ねぎ 牛蒡

- 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 小麦粉 サラダ油
オリーブオイル

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