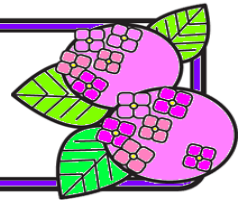


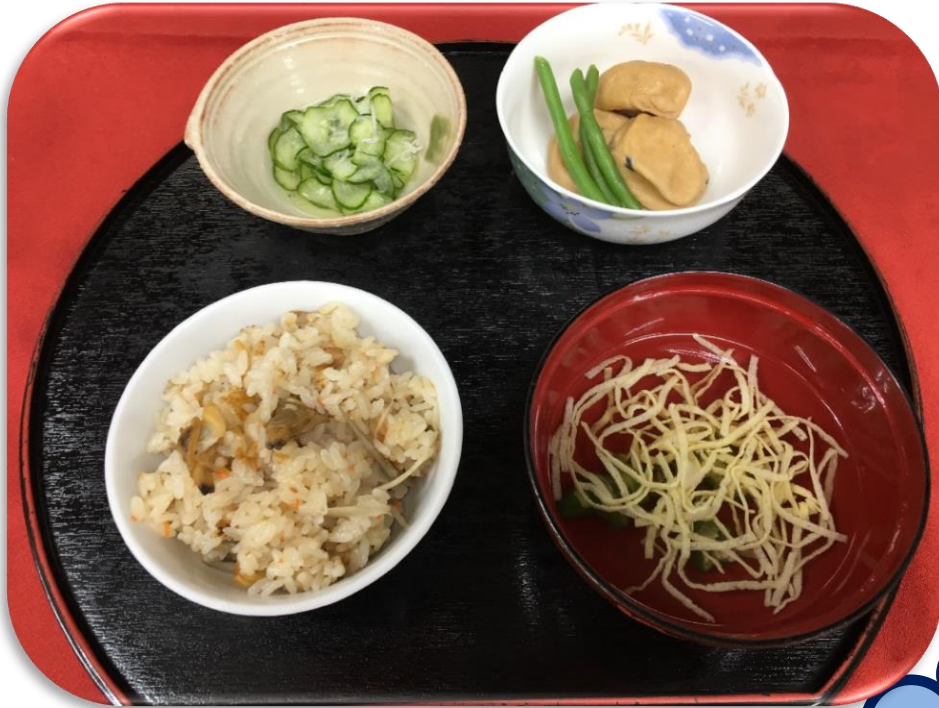


本日の給食



令和5年6月5日(月)
二十四節気(小満)
~6月5日まで

離乳食後期



- ☆ 深川ご飯
- ☆ ひろうすといんげんの煮物
- ☆ 胡瓜とちりめんの酢の物
- ☆ オクラと錦糸卵おすまし

おやつ



食パンラスク

- 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

丸大豆 豆乳 卵 あさり
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

人参 牛蒡 いんげん オクラ
胡瓜

- 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 ごま

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、酢