

本日の給食

令和5年9月20日(木)

二十四節気 秋分(しゅうぶん)

～9月23日まで

近海本マグロ中落



離乳食中期



離乳食後期



- ☆かき揚げうどん
(なす、まいたけ)
- ☆ネギトロ丼 (5歳児)
- ☆かつおふりかけ丼

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

うどん、鮪、海苔

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

玉ねぎ、人参、いんげん
まいたけ、ねぎ、なす

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

うま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、塩、砂糖、わさび
たまり醤油