

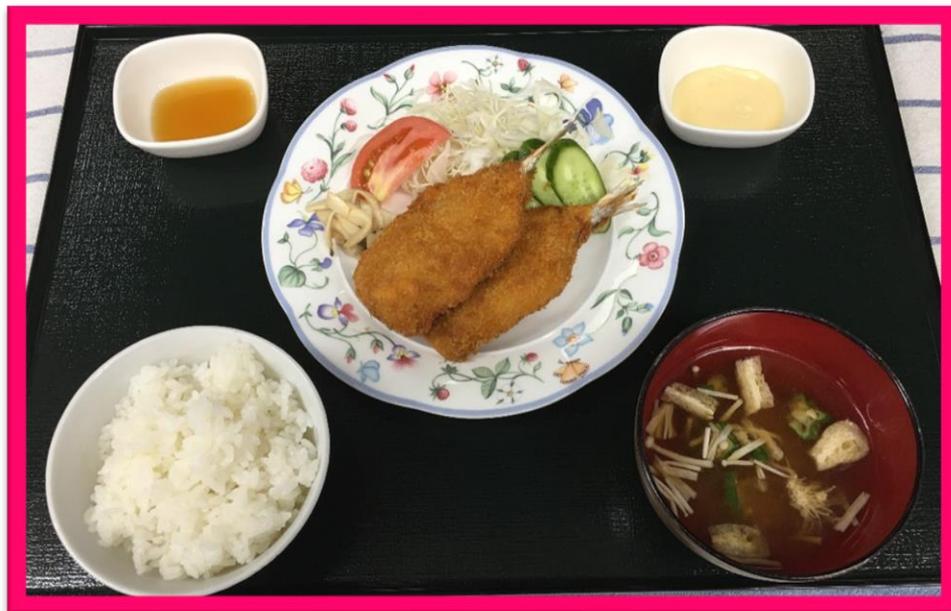
本日の給食

令和5年9月27日(水)

二十四節気 寒露(かんろ)

～10月8日まで

離乳食後期



☆イワシフライ☆サラダ
 ☆エリンギのバターソテー
 ☆みそ汁

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

イワシ 卵 薄揚げ 味噌

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

キャベツ 胡瓜 トマト エリンギ
 えのき オクラ レモン

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 パン粉 油 バター

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 胡椒
 砂糖、マヨネーズ 酢