



本日の給食



令和6年5月14日（火）

二十四節気（立夏）

～5月20日まで

5歳児

食事マナー指導



離乳食中期



鶏ミンチ、スパゲッティ
きゅうり、キャベツ、トマト
玉ねぎ、人参、えのき
五色豆、七分粥

- ☆おからハンバーグ
- ☆スパゲッティ
- ☆添え野菜（キャベツ、トマト、きゅうり）
- ☆五色豆のコンソメスープ

- 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

鶏ミンチ、おから、ひよこ豆
レッドビーンズ、大豆

- 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

トマト、キャベツ、きゅうり
グリーンピース、人参、えのき、玉ねぎ

- 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、スパゲッティ、パン粉
サラダ油、シーザードレッシング

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

コンソメ、鶏がら、塩、砂糖、ウスターソース
白ワイン、酒、ケチャップ、みりん