



# 本日の給食

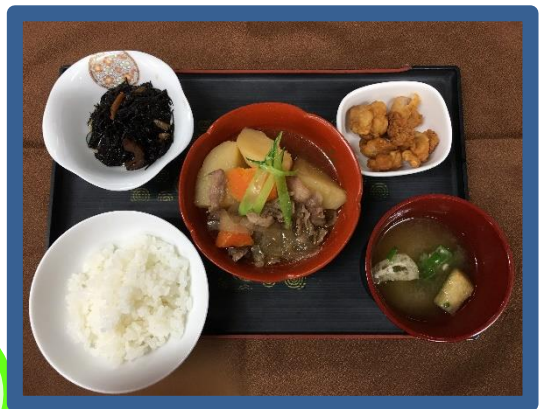


令和5年5月8日(水)

二十四節気(小満)

~5月20日まで

## 離乳食中期



☆肉じゃが  
(牛肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、  
うすいえんどうの皮)

☆ひじき煮

☆鶏軟骨唐揚げ

☆みそ汁(うす揚げ、オクラ)

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】

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】

### 赤のお皿

ひじき 牛肉 うす揚げ  
うすいえんどうの皮 竹輪 鶏軟骨

### 緑のお皿

人参 玉ねぎ オクラ ごぼう

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】

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)

### 黄のお皿

米 じゃがいも みそ 小麦粉

### 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、