



# 本日の給食



令和5年5月9日(木)

二十四節気(小満)

~5月20日まで

## 離乳食中期



厚揚げの中華あんかけ  
コーン 水菜 人参  
キャベツ 金華中華スープ  
七分粥



- ☆厚揚げの中華あんかけ
- ☆水菜とツナのマヨネーズ和え
- ☆もやしオイスターソース炒め
- ☆キャベツの金華中華スープ

おやつ

手づくり揚げ餅



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

厚揚げ

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

もやし、水菜、キャベツ、きくらげ、  
玉ねぎ、人参、かいわれ大根、

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、片栗粉

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

オイスターソース、ケチャップ、  
マヨネーズ、鶏がら、中華だし  
金華火腿スープ、砂糖、塩、胡椒