



本日の給食

令和6年7月22日(月)

二十四節気(大暑)

～8月6日まで



離乳食後期



おやつ



おかかおにぎり

☆豚しゃぶ素麺

☆きのこいっぱい味噌汁

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

豚 干し海老 味噌 昆布

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 きゅうり もやし
カイワレ大根 椎茸 しめじ
えのき 生姜

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

素麺

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

かつお節、さばの節、むしろあじの節
醤油、酒、みりん、塩、砂糖