



本日の給食



令和3年5月28日（金）
二十四節気⑧小満（しょうまん）
～6月5日まで



離乳食後期



離乳食完了期



- ☆魚磯辺フライ
- ☆小松菜の煮浸し
- ☆ごぼうと人参のきんぴら
- ☆味噌汁

本日のおやつ



バターサンド

- 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

鯖、青のり
うす揚げ、わかめ

緑のお皿

小松菜、ごぼう、人参

- 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】

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

お米、白ごま

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、胡椒、味噌