

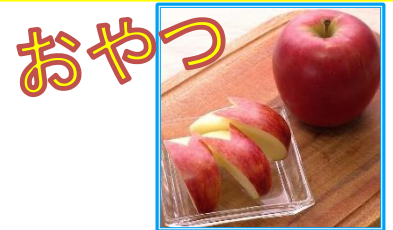
本日の給食

令和4年4月27日(水)
二十四節気⑧穀雨 (こくう)
～5月4日まで

離乳食(中期)



離乳食(後期)



☆八宝菜

☆きゅうりと人参の
中華サラダ

☆春雨の中華スープ

- 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

豚肉、干し海老、いか

- 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

黄心白菜、人参、ピーマン、しいたけ、えのき、しめじ、きゅうり、エリンギ、もやし、青梗菜

- 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、ごま油、春雨、ごま

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

鶏ガラ、中華スープ、酒、みりん、醤油、砂糖、胡椒、塩、酢