



本日の給食



令和5年4月27日(木)
二十四節気(穀雨)
~5月5日まで



離乳食後期



おやつ



グレープフルーツ

- ☆ 鯿の梅しそフライ
- ☆ うすいえんどうの外皮
- バターソテー
- ☆ おくらとうす揚げの味噌汁

- 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

鯿 うす揚げ 味噌

- 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

オクラ 胡瓜 人参 サニタス
うすいえんどう外皮 梅 しそ

- 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 パン粉 小麦粉 サラダ油
バター

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、昆布酒、みりん、醤油、砂糖、塩