



本日の給食



令和5年5月11日(木)
二十四節気(立夏)

～5月20日まで



5歳児 食事マナー指導

離乳食後期



- ☆白身魚フライ特製タルタルソース添え
- ☆オーロラマカロニサラダ
- ☆うすいえんどうの薄皮のコンソメスープ
- ☆メロン



おやつ



- 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

たら、玉子、マヨネーズ

- 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

うすいえんどう、人参、グリーンピース
玉ねぎ、コーン、レタス

- 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】

黄のお皿

米、マカロニ、パン粉、サラダ油

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

コンソメ、塩、白ワイン
酒、レモン、ケチャップ