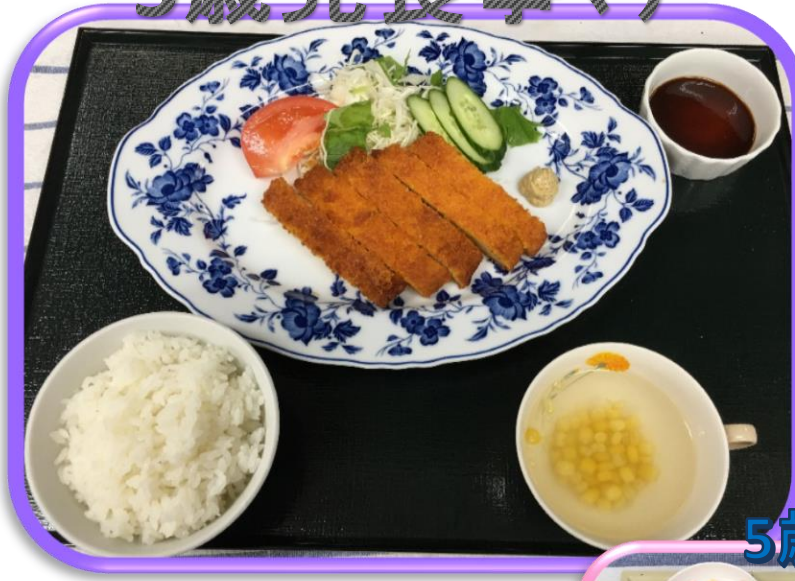


本日の給食

令和5年8月23日(火)
二十四節気 処暑(しょしょ)
~8月23日まで

5歳児食事マナー

離乳食中期



5歳児

おやつ



すいか(羅王)

- ☆チキンカツ
- ☆サラダ
- ☆コーンスープ

- 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
鶏肉

- 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
コーン 胡瓜
水菜 キャベツ トマト

- 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 パン粉 小麦粉 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
塩 胡椒 砂糖 コンソメ
鶏がら ウスターソース
ケチャップ 赤ワイン