



# 本日の給食



令和6年5月20日(月)

二十四節気(小満)

~5月20日まで

## 離乳食中期



じゃがいも、ブロッコリー、  
茄子、大豆の昆布煮、  
カレイ煮、みそ汁  
七分粥



- ☆ 鯖の味噌幽庵焼き
- ☆ 大豆の昆布煮
- ☆ 長芋短冊
- ☆ 茄子の生姜煮
- ☆ みそ汁(オクラ、麩)

## おやつ

- マーマレード  
1, 2歳
- 黒ごまハニー  
3, 4, 5歳
- サンドイッチ



- 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 味噌 卵 大豆 昆布  
海苔

### 緑のお皿

茄子 オクラ ねぎ

- 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】

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

米 キャノーラ油 麩

### 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、生姜、塩