



# 本日の給食



令和6年5月23日（木）

二十四節気（芒種）

～6月5日まで

## 離乳食中期



切り干し大根 人参 鶏肉  
ピーマン ポテトサラダ  
七分粥 みそ汁



- ☆手羽元の柔らか煮
- ☆ピーマンとしらすの炒め煮
- ☆切り干し大根煮と人参
- ☆みそ汁（わかめ、うす揚げ）

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

手羽元 しらす うす揚げ  
味噌 わかめ

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

人参 切り干し大根 ピーマン

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

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 おしろあじの節  
昆布 酒 みりん 醤油 砂糖 塩