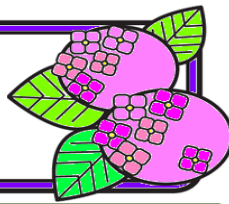




本日の給食



令和6年6月19日(水)
二十四節気(夏至)
~6月20日まで

離乳食中期



豆腐きのこあんかけ 人参七分粥
かきたま汁



☆豆腐きのこあんかけ
(海鮮つみれ入り)

☆人参ご飯

☆きゅうりとみょうがの酢の物

☆かきたま汁

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】

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

豆腐 卵 ちりめんじゃこ かに 海老
魚肉

緑のお皿

しめじ えのき 人参 きゅうり
みょうが かいわれ大根

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 片栗粉 小麦粉

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 砂糖 醤油 酢 塩