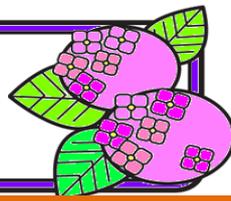




本日の給食



令和6年6月26日(水)
二十四節気(小暑)
~7月6日まで

離乳食中期



白身魚フライ エリンギソテー
人参 グリンピース レタス煮
七分粥 コンソメスープ

1~5歳



- ☆白身魚フライ
(手作りタルタルソース)
- ☆エリンギソテー
- ☆コンソメスープ
(おくら、えのき)

- 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
鱈 卵

緑のお皿
レタス 玉ねぎ エリンギ 人参
グリンピース コーン オクラ えのき
きゅうり なす しそ レモン しょうが

- 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】

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 マヨネーズ 小麦粉 パン粉
キャノーラ油

白のお皿
コンソメ 醤油 酒 みりん 酢 白ワイン
砂糖 塩 胡椒