



# 本日の給食



令和6年7月29日(月)

二十四節気(大暑)

~8月6日まで



## ☆夏野菜カレー

(かぼちゃ、おくら、ゴーヤ、なす)

## ☆野菜サラダ

離乳食後期

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

牛肉

緑のお皿

かぼちゃ、おくら、ゴーヤ、人参、なす  
トマト、キャベツ、紫キャベツ、玉ねぎ

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

白のお皿

赤ワイン、白ワイン、ウスターソース  
酒、醤油、ターメリック、メッチ  
コリアンダー、マスタード、クミン  
レールシート、ローレル、シナモン