



本日の給食



令和6年7月30日(水)

二十四節気(大暑)

~8月6日まで



離乳食後期



☆深川めし

☆炊き合わせ

(がんも 大根 人参 こんにゃく いんげん)

☆みそ汁(薄揚げ えのき 大根葉)

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

うす揚げ あさり 枝豆 豆乳
豆腐

緑のお皿

大根 えのき いんげん 大根葉
人参 玉ねぎ たけのこ
いんげん

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 蒟蒻

白のお皿

かつお節、さばの節、むしろあじの節
醤油、酒、みりん、塩、砂糖