

今日の給食

令和7年4月30日（水）
二十四節気（穀雨）
～5月4日



離乳食



- ☆魚厚揚げ炊き合わせ煮
(筍、長芋、絹さや)
- ☆鶏肉のレバ煮
- ☆小松菜と竹輪の炒め
- ☆みそ汁（うす揚げ・豆腐）

- ☆筍、小松菜、絹さや、竹輪
- 竹輪、長芋、魚厚揚げ
- ☆みそ汁（豆腐、うす揚げ）



絹さや

- 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

白身魚 豆腐 鶏肉レバ
うす揚げ 竹輪

緑のお皿

筍 絹さや 長芋 小松菜

- 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・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

黄のお皿

米 味噌

白のお皿

かつお節 さばの節 むしろあじの節 昆布
酒 みりん 薄口醤油 砂糖 塩