

# 今日の給食

令和7年4月11日（金）

二十四節気（清明）

～4月19日まで



## 離乳食



☆人参、ごぼう、  
紅大根、たけのこ、  
ちりめんじゃこ、  
ピーマン、ミンチ  
☆みそ汁  
（豆腐、うす揚げ）



☆根菜煮

☆ちりめんとピーマン炒め煮

☆みそ汁（うす揚げ、豆腐）

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】

### 赤のお皿

牛、豚、ちりめんじゃこ、豆腐、うすあげ

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】

### 緑のお皿

人参、れんこん、ごぼう、  
たけのこ、ピーマン、

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】

### 黄のお皿

米、こんにゃく、みそ、  
黒ごま、サラダ油

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）

### 白のお皿

かつお節、さばの節、むしろあじの節、  
昆布、薄口醤油、濃口醤油、砂糖、  
塩、酒、みりん