



本日の給食



令和7年5月19日（月）
二十四節気（立夏）
～5月20日



離乳食



☆和風ポトフ

☆ピーマンのおかか炒め

☆和風ポトフ

人参 玉ねぎ ブロッコリー
キャベツ ソーセージ

☆ピーマンのおかか炒め

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

ソーセージ かつお節

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

キャベツ 玉ねぎ 人参
ブロッコリー しめじ
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 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 おしろあじの節 昆布
酒 みりん 薄口醤油 砂糖 塩