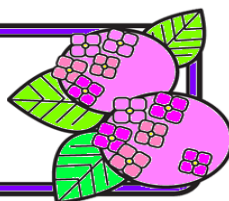




今日の給食



令和7年6月20日（金）

二十四節気（芒種）

～6月20日まで



離乳食



☆助六
いなり寿司、巻きずし
☆小松菜の煮びたし
☆おすまし
(豆腐、かいわれ大根)

☆いなり寿司 巻きずし
☆小松菜の煮びたし
☆おすまし（豆腐、かいわれ大根）

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

いなりあげ 薄揚げ
たまご 豆腐 のり 高野豆腐

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

かいわれ大根
干瓢 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】

黄のお皿

米 黒ごま

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 酒 みりん
砂糖 塩 酢