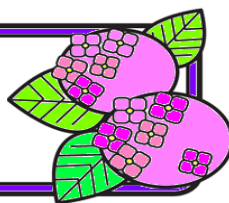




今日の給食



令和7年6月13日（金）

二十四節気（芒種）

～6月20日まで



離乳食



☆すき焼き煮

☆人参と牛蒡の金平

☆わかめと薄揚げの味噌汁

☆すき焼き煮

☆人参と牛蒡の金平

☆わかめとうす揚げの味噌汁

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

牛肉 豆腐 薄揚げ 味噌 わかめ

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

玉ねぎ 白ねぎ ごぼう 人参
えのき 白菜

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 白ごま しらたき

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
薄口醤油 濃口醤油 酒 みりん 砂糖
塩