



# 本日の給食



令和7年7月3日(木)

二十四節気(夏至)

~7月5日まで



## 離乳食



- ☆ 鱈の大葉フライ
- ☆ サラダ
- ☆ パプリカソテー
- ☆ 味噌汁 (わかめ えのき)

- 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

鱈 わかめ 味噌

- 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

赤パプリカ 黄パプリカ  
緑パプリカ キャベツ 紫キャベツ  
人参 ピーマン 胡瓜  
トマト えのき 大葉

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

### 黄のお皿

米 小麦粉 パン粉  
こめ油 油  
マヨネーズ (卵抜き)

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 酒 みりん 濃口醤油  
塩 胡椒 砂糖