



本日の給食



令和7年7月18日（金）

二十四節気（小暑）

～7月21日まで



- ☆茄子と豚肉のみそ炒め
- ☆胡瓜とグリーンリーフと
カニカマの酢の物
- ☆おすまし(麴 かいわれ)

離乳食



- 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

味噌 豚肉 かまぼこ 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

茄子 玉ねぎ 胡瓜
かいわれ グリーンリーフ

- 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 麴

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 砂糖
濃口醤油 薄口醤油