



本日の給食



令和7年7月16日(水)
二十四節気(小暑)
～7月21日まで



離乳食



☆ちまき・しゅうまい
☆はるさめサラダ
☆キャベツ中華スープ

- 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

鶏肉 豚肉

- 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 椎茸 玉ねぎ
きくらげ 人参 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

もち米 春雨

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

中華スープ 鶏ガラ 砂糖 塩
酒 みりん