



本日の給食



令和7年7月30日（水）
二十四節気（大暑）
～8月6日まで



離乳食



- ☆鰻重
- ☆きゅうりの酢の物
- ☆いんげんの胡麻和え
- ☆だし巻き
- ☆お吸い物（豆腐・水菜）

- 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】

- 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】

赤のお皿

鰻 たまご 豆腐

緑のお皿

いんげん 水菜 きゅうり

- 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】

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）

黄のお皿

米 白ごま

白のお皿

かつお節、さばの節、むしろあじの節
薄口醤油、濃口醤油、酒、みりん、塩、砂糖
ざらめ、酢