



本日の給食



令和7年7月23日（水）

二十四節気（大暑）

～8月6日まで



離乳食



- ☆豆腐鶏みぞれ
- ☆切り干し大根の煮物
- ☆みそ汁
（白菜、水菜、かいわれ、うす揚げ）

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

鶏ミンチ うす揚げ
豆腐 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

切り干し大根 人参 ごぼう
白菜 水菜 枝豆 かいわれ

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

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 薄口醤油