

今日の給食

令和7年9月10日(水)
二十四節気 白露(はくろ)
～9月22日まで

有機米
園長先生特製
バジル入りタルタル



離乳食



- ☆海老フライ
- ☆フジッリのサラダ
- ☆添え野菜
(きゃべつ サニーレタス きゅうり トマト)
- ☆みそ汁(豆腐 えのき オクラ)

- 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

海老 鶏肉 たまご 味噌 豆腐

- 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 サニーレタス きゅうり トマト
えのき オクラ 人参 グリンピース
コーン バジル 玉ねぎ

- 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 フジッリ パン粉 サラダ油
オリーブオイル マヨネーズ

うま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 酒 塩
胡椒 コンソメ 白ワイン 鶏ガラ レモン汁
トマトピューレ ドレッシング みりん
ケチャップ ソース