

今日の給食

令和7年9月18日(木)
二十四節気 白露(はくろ)
～9月22日まで



離乳食



- ☆豚肉生姜焼き
- ☆添え野菜
(きゃべつ きゅうり ブロッコリー
人参 コーン グリーンピース)
- ☆みそ汁 (わかめ 麩)

- 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

豚肉 わかめ 麩 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

生姜 きゃべつ きゅうり 人参 コーン
グリーンピース ブロッコリー

- 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
濃口醤油 酒 塩 みりん 砂糖