

今日の給食

令和7年9月16日(火)
二十四節気 白露(はくろ)
～9月22日まで



有機米

- ☆ほっけご飯
- ☆豆乳がんも煮
- ☆ひじき煮
- ☆みそ汁（うす揚げ、おくら）



離乳食

3,4,5歳児 おやつ
台湾チキンラーメン



0,1,2歳児
台湾クラッカー

- 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
ほっけ 豆乳 みそ
うす揚げ ひじき

- 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
人参 おくら ごぼう

- 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 黒ごま

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
薄口醤油 濃口醤油 酒 塩 みりん