

今日の給食

令和7年9月8日(月)
二十四節気 白露(はくろ)
～9月22日まで

有機米



離乳食



☆ほうれん草たっぷり
豆乳シチュー
☆ブロッコリーのサラダ

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

鶏肉 豆乳

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 じゃがいも 玉ねぎ
ほうれん草 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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米 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

コンソメ 鶏ガラ 砂糖 塩
こしょう 白ワイン みりん