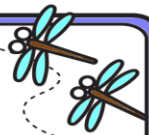




本日の給食



令和7年9月5日(金)

二十四節気 処暑(しよしよ)

～9月6日まで

有機米



離乳食



- ☆さつま芋ご飯
- ☆なすと干し海老の煮浸し
- ☆切り干し大根
- ☆ちりめんときゅうりの酢の物
- ☆牛すじとこんにゃくの煮込み

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】

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】

赤のお皿

牛すじ 干し海老 豆腐
ちりめんじゃこ うす揚げ

緑のお皿

なす きゅうり ごぼう
切干大根 人参

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】

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)

黄のお皿

米 さつまいも こんにゃく

白のお皿

かつお節 さばの節 むしろあじの節
薄口醤油 濃口醤油 酒 みりん 砂糖
貝柱 塩 酢