

本日の給食

令和8年4月20日(月)

二十四節気(清明)

～4月20日まで



離乳食 後期



豆腐 ほうれん草 卵 桜でんぶ ふき
かいわれ大根 高野豆腐 いんげん

☆春ちらし寿司
☆ほうれん草のごま和え
☆おすまし
(豆腐、かいわれ大根)



4.5歳児

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

豆腐、海老、卵
桜でんぶ、高野豆腐

緑のお皿

筍、かいわれ大根、ふき、蓮根
ほうれん草、いんげん、生姜

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】

うまみ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、白ごま

白のお皿

かつお節、さば節、むしろあじの節
昆布、酒、みりん、塩、薄口醤油、酢