

本日の給食

令和8年4月23日(木)
二十四節気(穀雨)
~5月4日まで

離乳食 後期



キャベツ たこ ねぎ パプリカ
ピーマン レタス 豆腐 うす揚げ

- ☆たこキャベツカツ
- ☆パプリカとピーマンソテー
- ☆添え野菜 (レタス キャベツ)
- ☆味噌汁 (うす揚げ 豆腐)

- 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

たこ 豆腐 味噌 たまご うす揚げ

- 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

キャベツ ねぎ レタス 生姜
パプリカ (赤・黄) ピーマン

- 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 小麦粉 パン粉 油

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)

白のお皿

かつお節 さば節 おしろあじの節 昆布
酒 みりん 砂糖 塩 胡椒
薄口醤油 白ワイン