



本日の給食



令和8年5月15日(金)
二十四節気(立夏)
~5月20日

離乳食



おかゆ 筍 卵 うすいえんどう
鶏肝 カイワレ大根 豆腐



☆筍寿司

☆鶏肝煮

☆筍すまし(豆腐 カイワレ大根)

- 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

卵 鶏肝 豆腐 うす揚げ 海苔

- 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

筍 みょうが うすいえんどう
カイワレ大根 しょうが

- 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

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 さばの節 おしろあじの節 昆布
酒 みりん 薄口醤油
濃口醤油 砂糖 塩 酢