



本日の給食



令和8年5月8日(金)

二十四節気(立夏)

~5月20日

離乳食



おかゆ うすいえんどう いんげん 大根
人参 水菜 えのき 枝豆 豆腐 玉葱 豆乳



☆うすいえんどうご飯

☆炊き合わせ

(筍入り絹ごし揚げ いんげん 大根)

☆おすまし(水菜 えのき)



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 豆乳

緑のお皿

うすいえんどう 人参 水菜 いんげん
大根 えのき 枝豆 玉葱

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 油

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 砂糖 塩