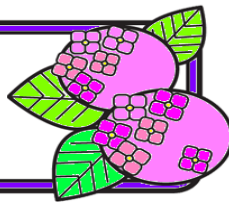




本日の給食



令和8年6月8日(月)
二十四節気(芒種)
~6月20日まで

離乳食



大根葉 ちりめんじゃこ かぼちゃ
人参 うす揚げ 豆腐 水菜
魚肉ソーセージ 白菜



- ☆大根葉とちりめんご飯
- ☆煮物(かぼちゃ、ちくわ、こんにゃく)
- ☆魚肉ソーセージと水菜の炒め
- ☆具だくさんみそ汁(豆腐、うす揚げ、人参、白菜、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】

赤のお皿

ちりめんじゃこ 竹輪 魚肉ソーセージ
うす揚げ 豆腐 味噌

- 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

大根葉 えのき 水菜
人参 白菜

- 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 かぼちゃ
こんにゃく 白ゴマ

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 薄口醤油 砂糖 塩 みりん