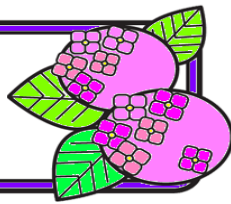




本日の給食



令和8年6月19日(金)
二十四節気(芒種)
~6月20日まで

離乳食



- ☆ 干し海老となすの煮物
- ☆ チンゲン菜と竹輪炒め
- ☆ うす揚げとおくらのみそ汁

おやつ



ポテトフライ

- 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

干し海老 うす揚げ
竹輪 みそ

緑のお皿

なす 下仁田ねぎ チンゲン菜

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 カや体温となる【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 サラダ油

白のお皿

かつお節 さばの節 むしろあじの節
昆布 酒 薄口醤油 濃口醤油
砂糖 塩 みりん