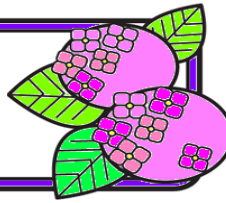




本日の給食



令和8年6月2日(火)

二十四節気(小満)

~6月5日まで



離乳食



豆腐 えのき しめじ ひじき
人参 牛蒡 蓮根 たまご



☆豆腐のきのこあんかけ

☆れんこんのきんぴら

☆ひじき煮

☆かきたますまし

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 黒ゴマ たまご ひじき

緑のお皿

人参 ごぼう れんこん
しめじ えのき

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

白のお皿

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