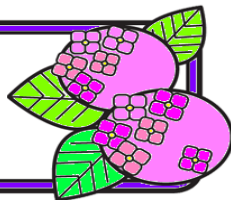




本日の給食



令和8年6月22日（月）
二十四節気 夏至
～7月6日まで



離乳食



☆鰻ちらし
☆胡瓜の酢の物
☆おすまし

- 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】

赤のお皿

鰻 しらす 豆腐 海老
玉子 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

胡瓜 いんげん かいわれ れんこん
しいたけ 人参

- 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 薄口醤油 濃口醤油
砂糖 塩 みりん 酢