



# 本日の給食



令和8年7月16日(木)  
二十四節気(小暑)  
～7月23日まで



おやつ



チーズケーキ

☆ミックスフライ

※1.2歳 - ミンチカツ、鰯の磯辺フライ

3歳 - ミンチカツ、卵の花フライ

4歳 - ミンチカツ、白身魚フライ、コロッケ

5歳 - ミンチカツ、鰯の磯辺フライ、コロッケ

☆添えサラダ(キャベツ、トマト、ブロッコリー  
コーン、グリーンピース、人参)

☆コンソメスープ(しめじ、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

鰯 鶏肉 豚肉 卵の花  
あおさ ひじき

## 緑のお皿

キャベツ トマト しめじ たけのこ  
えのき 玉ねぎ コーン 人参  
グリーンピース ブロッコリー

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 じゃがいも 小麦粉  
パン粉 油

## 白のお皿

コンソメ 鶏がら 赤ワイン  
黒糖 砂糖 塩 胡椒 醤油