

今日の給食

平成28年6月8日(水)
二十四節気⑪芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで



- ☆串ハムカツ
- ☆茄子のフライ
- ☆添え野菜
(レタス・胡瓜・フロッコリー)
- ☆もやしと人参のソテー
- ☆フロッコリーの鶏ガラスープ

おやつ

ぶどうシャーベット



栄養機能食品
(カルシウム)

トマトリコピン
くちなして紫色
自然な色合い

北海道産ソーセージ使用

- 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

ソーセージ

- 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

レタス、胡瓜、フロッコリー
人参、もやし、なす、玉ねぎ

- 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、小麦粉、パン粉

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

鶏がらスープ