

今日の給食

平成29年7月29日(土)
二十四節気⑭大暑(たいしょ)
～8月7日まで



おにぎり弁当

- ☆橋波特製ふりかけおにぎり ☆ソーセージ
- ☆マカロニパプリカのオニオンソースサラダ
- ☆オムレツ ☆ブロッコリー ☆人参煮

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

ミンチ タマゴ・ソーセージ

緑のお皿

ブロッコリー・パプリカ・きゅうり
玉葱・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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米・マカロニ

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

コンソメ