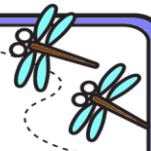




本日の給食



平成30年9月29日(土)
二十四節気⑩秋分(しゅぶん)
~10月7日まで



☆橋波弁当

焼き豚シタスのケチャップライス・チーズ
卵焼き・かまぼこ・ウインナー・サラダ

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

豚肉、卵、かまぼこ

緑のお皿

シタス、フロッコリー

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】

第6群 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米、チーズ

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