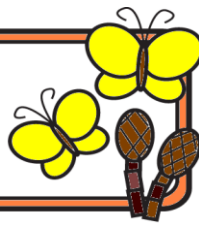


本日の給食



令和2年4月10日(金)
二十四節気⑤清明(せいめい)
~4月19日まで

『花見弁当』



- ☆ソーセージ ☆フロッコリー
- ☆マカロニのカレー和え ☆玉子焼き
- ☆菜の花のお吸い物

- 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、卵、鶏肉

- 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

フロッコリー、レタス、菜の花、
人参、グリーンピース

- 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

酒、みりん、かつお、昆布、乾しいたけ、
いわしの煮干し、カレー粉