



# 本日の給食



令和3年2月9日（火）  
二十四節気①(立春)  
～2月18日まで



## 本日のおやつ



## バターサンド

- ☆桜海老と水菜の Pasta
- ☆ミックスベジタブルサラダ
- ☆コンソメスープ

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

桜海老、大豆、ひよこ豆、  
青えんどう豆、レッドキドニー

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

水菜、ブロッコリー、ミニトマト、レタス、  
にんじん、グリーンピース、コーン

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

パスタ

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、醤油、砂糖、塩、胡椒、  
コンソメ、鶏がら、白ワイン、  
マヨネーズ