

本日の給食

令和3年3月25日 (木)
二十四節気④(春分)
～4月4日まで

餃子パーティー



ぱんだ組
最高17個
きりん組
最高21個
らいおん組
最高22個

☆餃子

☆もやしとパプリカの中華炒め

☆鶏がらの中華スープ



- 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

鶏肉、豚肉、豚脂

- 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

白菜、玉ねぎ、にら、ニンニク、
生姜、もやし、パプリカ

- 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

お米、小麦粉（餃子の皮）

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、コンソメ、酒、みりん、醤油、
砂糖、塩、胡椒、ゴマ油