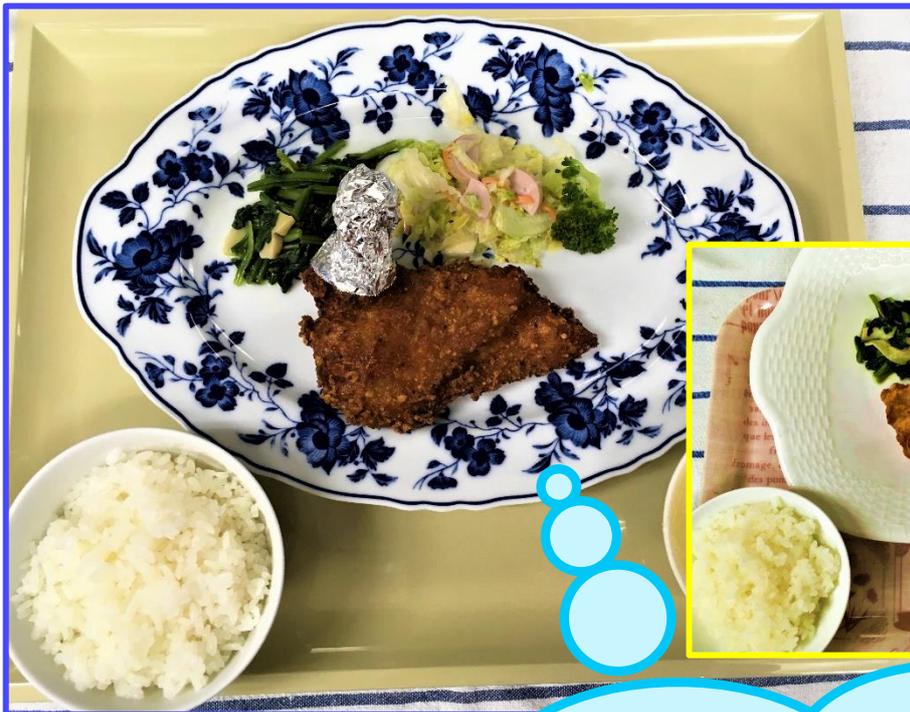




本日の給食



令和3年5月26日(水)
二十四節気⑧小満(しょうまん)
～6月5日まで



- ☆サクサクジャンボチキンフライ
- ☆コールスローサラダ
- ☆ほうれん草とエリンギの白ワイン炒め
- ☆卵スープ

本日のおやつ



バナナのババロアと
ミルクチョコレート

- 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、魚肉ソーセージ、卵

- 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

キャベツ、にんじん、ブロッコリー
エリンギ、ほうれん草

- 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

お米

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、白ワイン
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒
酢、マヨネーズ