



本日の給食



令和3年5月27日 (木)
二十四節気⑧小満 (しょうまん)
～6月5日まで



*はちみつ・レモン
も入っています*

★本日のおやつ★



豆乳プリン
青森県産100%りんごジュースのジュレ

☆ミートパスタ

☆にんじんときゅうりのシーザーサラダ

☆ベーコンとブロッコリー茎のスープ

- 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

ミンチ、卵、ベーコン

- 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

トマト、玉ねぎ、にんじん
きゅうり、レタス、ブロッコリー

- 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

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

鶏がら、コンソメ、中華スープの素
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒