



# 本日の給食



令和3年5月31日(月)  
二十四節気⑧小満(しょうまん)  
～6月5日まで



- ☆野菜たっぷり皿うどん
- ☆揚げ餃子
- ☆一芳亭シュウマイ
- ☆水菜中華スープ

## 本日のおやつ



豆乳焼きプリン

- 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】

- 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】

### 赤のお皿

豚肉、海老、イカ、魚肉

### 緑のお皿

白菜、人参、玉ねぎ  
しめじ、きくらげ、水菜

- 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】

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)

### 黄のお皿

皿うどん麺、片栗粉

### 白のお皿

鶏がら、中華スープ、酒  
みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒