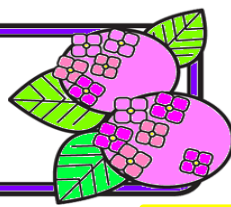




# 本日の給食



令和3年6月9日(水)  
二十四節気⑨芒種(ぼうしゅ)  
～6月20日まで



- ☆筑前煮
- ☆ねぎ天ご飯
- ☆さつま芋和煮
- ☆小松菜の煮浸し
- ☆味噌汁 (豆腐・うす揚げ)



## 本日のおやつ



## フルーツカクテルとゼリー

- 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

鶏肉、うす揚げ、豆腐

### 緑のお皿

にんじん、椎茸、ごぼう、筍、蓮根  
いんげん、ねぎ、小松菜

- 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

お米、天かす  
さつま芋、こんにゃく

### 白のお皿

かつお節、さばの節、むしろあじの節、昆布  
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、味噌