

今日の給食

令和3年7月27日(火)

二十四節気⑫大暑(たいしょ)

～8月6日まで



★餃子パーティー★

- ぱんだ組最高 17個
- きりん組最高 19個
- らいおん組最高 31個



ちなみに、先生の最高は30個でした♪



☆餃子パーティー ☆春雨サラダ ☆玉子スープ

- 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、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、玉ねぎ
ニラ、きゅうり

- 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、餃子の皮、春雨、胡麻

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、酢、ラー油