

本日の給食

令和3年8月19日(木)
二十四節気⑬立秋(りっしゅう)
～8月22日まで



5歳児食事マナー



- ☆チーズはんぺんフライ
- ☆ハムカツ
- ☆添え野菜 (レタス・ミニトマト)
- ☆桜海老の Pasta
- ☆ミックスベジタブルの
オーロラソース和え
- ☆コンソメ玉子スープ

本日のおやつ



黄桃

- 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

魚肉すり身、チーズ
豚肉、桜海老、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

レタス、ミニトマト、にんじん
グリーンピース、コーン

- 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、天かす、パン粉

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