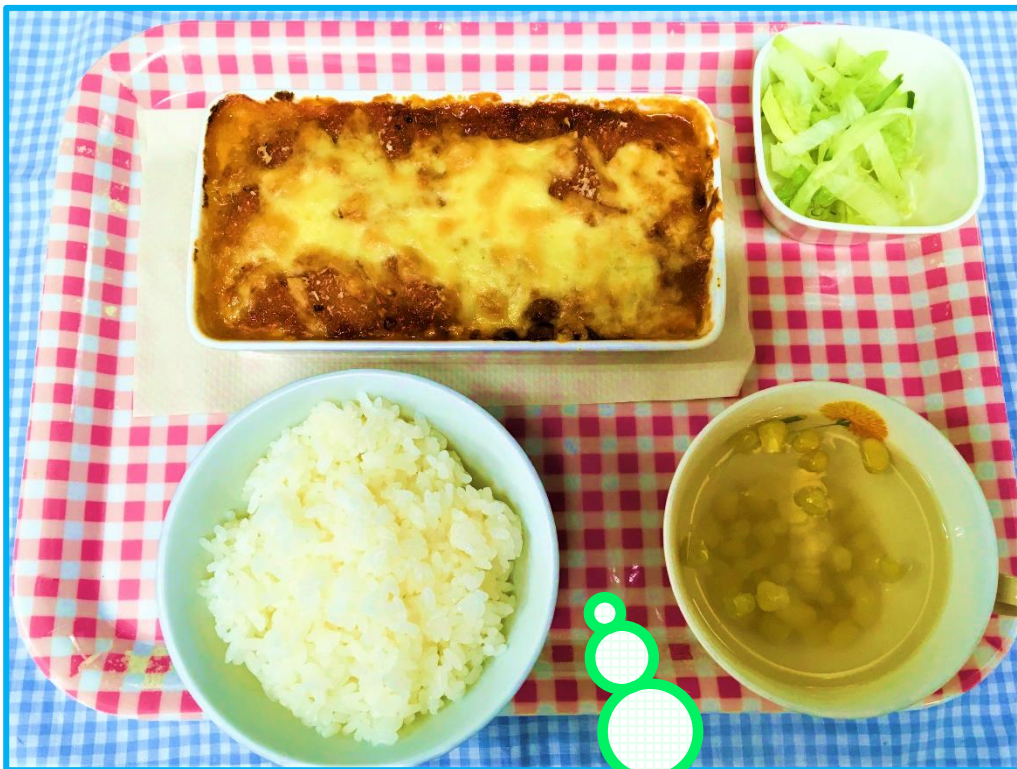


今日の給食

令和3年9月16日(木)
二十四節気⑮(白露)
～9月22日まで



本日のおやつ

【瀬戸内レモンゼリー】

～フルーツカクテル添え～

★瀬戸内レモン(国産) ★白桃 ★黄桃
★みかん ★パイン ★白ワイン(香りづけ)
★生クリーム(3.4.5) 歳児のみ



☆豆腐ミートグラタン

☆レタスときゅうりのサラダ

☆コンソメコーンスープ

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

牛肉、鶏肉、豆腐、チーズ

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、レタス
きゅうり、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 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

お米

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、ケチャップ
ウスターソース、赤ワイン、酒、みりん
醤油、砂糖、塩、胡椒