

本日の給食

令和3年9月2日(木)

二十四節気⑭(処暑)

~9月6日まで

有機米の日



☆カレイみりん焼き

☆切り干し大根煮

☆レバーの生姜煮

☆玉子焼き

☆味噌汁 (わかめ、うす揚げ)

★本日のおやつ★



メープルキャラメルアーモンド
(2-5歳)

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

カレイ、牛レバー、卵
うす揚げ、わかめ

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

切り干し大根、にんじん、ごぼう

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

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

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