

本日の給食

令和3年9月30日(木)
二十四節気⑩(秋分)
～10月7日まで



本日のおやつ

【焼く前】

【焼き上がり】

【できあがり♪】

★シュークリーム★

☆メンチカツ
 ☆添え野菜 (キャベツ・カイワレ大根)
 ☆フォアグラバターのエリンギソテー
 ☆味噌汁 (豆腐・うす揚げ)

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、フォアグラ
豆腐、うす揚げ

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

玉ねぎ、キャベツ
カイワレ大根、エリンギ

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、バター、ブランデー