

本日の給食

令和3年9月1日(水)
二十四節気⑭(処暑)
~9月6日まで



本日のおやつ



アメリカンドッグ

☆ごまささみカツ

☆軟骨唐揚げ

☆オニオンライスサラダ

☆玉ねぎ ☆人参 ☆カイワレ大根 ☆大葉

☆パンプキンコンソメスープ

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、鶏軟骨、ソーセージ

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

人参、玉ねぎ、カイワレ大根、大葉
南瓜、コーン、グリーンピース

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、小麦粉、ごま

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

コンソメ、鶏がら、酒、みりん
醤油、砂糖、塩、胡椒