



本日の給食

令和4年1月13日(木)

二十四節気⑳(小寒)

～1月19日まで

ホテルニューオータニ大観苑シェフメニュー



- ☆八宝菜
- ☆かに入りしゅうまい
- ☆中華卵スープ
- ☆ザーサイのピリ辛炒め

おやつ



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

豚肉、いか、えび
卵、かに、きくらげ

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

白菜、キャベツ、玉ねぎ、
人参、しめじ、えりんぎ

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

米、ごま油、ねぎ油

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

中華スープ、鶏がらスープ
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒