



本日の給食



令和4年7月29日(金)

二十四節気⑫大暑(たいしょ)

～8月6日まで



おやつ



抹茶の
カップケーキ

☆蕎麦サラダ(3.4.5歳)

☆素麺サラダ(0.1.2歳)

☆ポテトサラダ

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

カニカマ

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

きゅうり グリーンリーフ サニーレタス
コーン ジャがいも 人参 レモン

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

蕎麦 マヨネーズ 天かす

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
酒 砂糖 塩 醤油 あご みりん
昆布