



# 本日の給食



令和4年7月14日(木)

二十四節気⑩小暑(しょうしょ)

～7月22日まで



- ☆ 青椒肉絲
- ☆ 春雨サラダ
- ☆ 中華金華スープ

ホテルニューオータニ大阪  
シェフ特製



- 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

- 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

ピーマン もやし 人参  
きゅうり たけのこ

- 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

米 春雨 ごま ごま油 牡蠣油

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

鶏がら 中華スープ 金華コンソメ  
薄口醤油 濃口醤油 胡椒 塩 酒