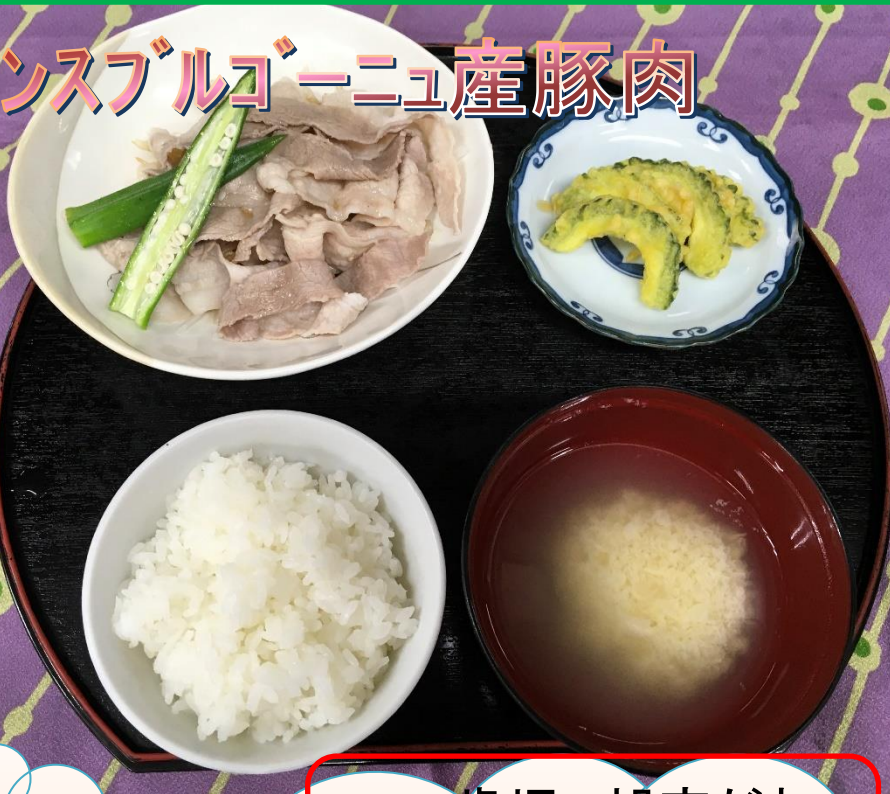


今日の給食

令和4年8月31日(水)
二十四節気^⑭処暑(しよしよ)
～9月7日まで

フランスブルゴーニュ産豚肉



0.1.2歳児 胡麻だれ
3.4.5歳児 特製ポン酢

- ☆冷しゃぶサラダ
- ☆ゴーヤの天ぷら
- ☆かきたま汁

林檎甘煮



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 卵

- 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 もやし 人参
サニーレタス おくら ゴーヤ

- 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 片栗粉 胡麻 オリーブオイル

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 おしろあじの節
みりん 酒 砂糖 塩 醤油 米酢