

# 本日の給食

令和4年9月3日(土)  
二十四節気⑩処暑(しょしょ)  
～9月7日まで



## ☆ロールキャベツ ☆おにぎり

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 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

じゃがいも 人参 玉ねぎ  
干瓢 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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

### 黄のお皿

米

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 コンソメ 酒 塩  
みりん 醤油 砂糖