

本日の給食

令和5年2月15日(水)
二十四節気⑳(立春)
～2月18日まで



金沢近江町市場大口水産
せこがに



- ☆根菜チキンハンバーグ
- ☆サラダ
- ☆せこがにのお味噌汁

- 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 カニ

- 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

蓮根 金時人参 牛蒡 たけのこ
トマト 水菜 きゅうり カイワレ大根

- 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 パン粉

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
昆布、酒、みりん、醤油、砂糖、塩
ケチャップ 赤ワイン
ウスターソース