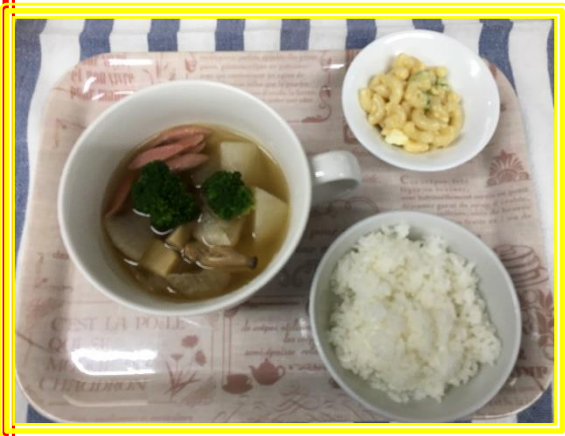
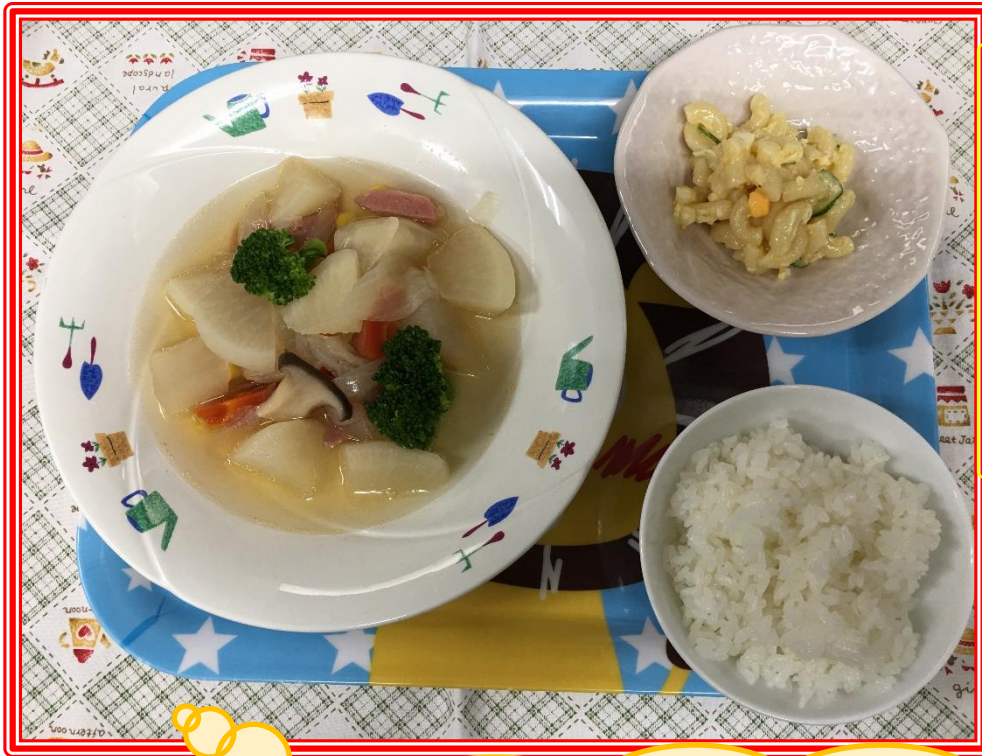


本日の給食

令和5年2月27日(月)
二十四節気④(雨水)
～3月6日まで



りんごのコンポート



おやつ

☆和風ポトフ ☆マカロニサラダ

- 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

ウインナー、卵、マヨネーズ

- 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

大根、金時人参、ブロッコリー
コーン、玉ねぎ、エリンギ、きゅうり

- 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、マカロニ

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

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、薄口醤油、砂糖、塩、鶏がら