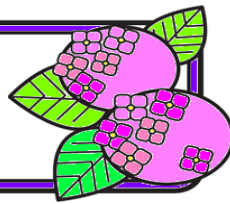




本日の給食



令和5年6月15日(木)
二十四節気(芒種)
~6月20日まで



おやつ



パンドッグ

- ☆帆立ピラフ
- ☆海藻フレンチサラダ
- ☆キャベツのコンソメスープ

- 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

帆立 大豆 赤海苔 白とさかのり
赤とさかのり 茎わかめ わかめ
赤かえでのり 刻み昆布 糸寒天

- 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

水菜 トマト 玉ねぎ ピーマン
キャベツ

- 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 サラダ油 バター
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

鶏がら、コンソメ、酒、みりん、砂糖、塩
白ワイン、レモン