

本日の給食

令和5年8月31日(木)
二十四節気 白露(はくろ)
~9月8日まで



おやつ



キャラメル
サンドウィッチ

☆ロールキャベツ
☆グリーンサラダ

- 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
豚肉 カニかま

- 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
胡瓜 サニーレタス 人参 キャベツ
かんぴょう エリンギ かいわれ 玉ねぎ

- 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 フレンチドレッシング
片栗粉

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
塩 胡椒 酒 みりん しょうゆ
コンソメ 鶏がらスープ 砂糖