

本日の給食

令和6年2月6日(火)
二十四節気(立春)
～2月18日まで



おやつ



ポテトフライ

☆酢豚風肉団子
☆白菜入り中華スープ
☆もやし炒め

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

鶏ミンチ、片栗粉

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

人参、たけのこ、しいたけ
玉ねぎ、ピーマン、もやし、白菜

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、中華スープ、酒、みりん
ケチャップ、ウスターソース、醤油
砂糖、塩、酢