

# 今日の給食

令和6年3月8日（金）  
二十四節気(啓蟄)  
～3月19日まで



おやつ



バナナ

- ☆桜海老と菜の花のパスタ
- ☆グリーンサラダ
- ☆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

桜海老

- 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

きゅうり レタス 菜の花  
ブロッコリー エリンギ

- 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

パスタ オリーブオイル クルトン  
シーザードレッシング

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 醤油  
塩 砂糖 胡椒 白ワイン