

本日の給食

平成30年11月13日(火)
二十四節気⑩立冬(りっとう)
～11月21日まで

ホテルニューオータニ大阪
大観苑シェフメニュー



5歳児食事マナー



1.2歳児



- ☆坦々八宝菜
- ☆きのこたっぷり中華スープ
- ☆春雨サラダ
- ☆デザート みかん

- 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、枝豆

- 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、玉ねぎ、ぶなしめじ
えのき、かきの木茸
白菜、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、ごま、春雨

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
鶏ガラ、金華ハムコンソメ