

本日の給食

令和元年11月12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
大観苑メニュー



今日のびやっ
マンゴーパンとフルーツモックス



1.2歳児



5歳児食事マナー



- ☆ザーサイご飯
- ☆鶏肉と枝豆の塩炒め
- ☆千切り大根と人参の中華和え
- ☆春雨とわかめの中華スープ

- 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
鶏むね肉、わかめ

- 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
枝豆、千切大根、人参、ザーサイ、
玉葱、生姜

- 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、春雨、黒ゴマ、白ゴマ

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
酒、みりん、金華、鶏がら、ごま油、塩、
片栗粉、米酢