

本日の給食

令和3年3月10日（水）
二十四節気③(啓蟄)
～3月20日まで



5歳児のお祝い膳

白ワインの自家製
タルタルソース

本日のおやつ



いちご大福

☆お祝い膳

- ☆海老フライ
- ☆から揚げ
- ☆ソーセージ
- ☆コーンポタージュ
- ☆フライドポテト
- ☆添え野菜（レタス、きゅうり、トマト）
- ☆マカロニのミートソース和え

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

海老、鶏肉、卵、ソーセージ、
小豆、牛乳、生クリーム

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

玉ねぎ、レタス、きゅうり、トマト、
コーン、にんじん、グリーンピース

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

もち米、マカロニ、じゃがいも

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、砂糖、
塩、胡椒、赤ワイン、白ワイン、
マヨネーズ、小麦粉、レモン