

本日の給食

令和3年3月16日（火）
二十四節気③(啓蟄)
～3月20日まで



本日のおやつ

ニューオータニのパティシエに
来ていただき、作っていただき
ました！



- ☆大阪セット
- ☆お好み焼き
- ☆たこ焼き
- ☆味噌汁

- 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】

- 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】

赤のお皿

豚肉、たこ、卵、
あおのり、昆布、うす揚げ

緑のお皿

キャベツ、山芋、トマト、りんご、
玉ねぎ、デーツ、大根、ねぎ、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】

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

黄のお皿

小麦粉、天かす

白のお皿

かつお節、さばの節、むしろあじの節、昆布、
酒、みりん、醤油、砂糖、塩、胡椒、
味噌、マヨネーズ、梅酢

