



本日の給食

令和3年6月10日(木)
二十四節気⑨芒種(ぼうしゅ)
～6月20日まで

ニューオータニ 大観苑メニュー



☆油淋鶏

☆茄子の甘酢

☆台湾緑竹の筍蒸し

☆中華スープ

★本日のおやつ★



★杏仁豆腐とマンゴープリン★

- 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

鶏肉、卵、大豆、ひよこ豆
青えんどう豆、レッドキドニー

- 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

白ネギ、青ネギ、レタス
ミニトマト、筍、茄子

- 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

お米、春雨、片栗粉

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、金華火腿味鶏湯粒、酒、酢
醤油、砂糖、ごま油、ニンニク、生姜、唐辛子
山椒、ピーナッツ油、マヨネーズ、はちみつ