

本日の給食

令和3年9月6日(月)
二十四節気⑭(処暑)
~9月6日まで



- ・リンゴ
- ・キャラメル
- ・ヨーグルト
- ・シュトロイゼルの
チョコ・プレーン
- ・はちみつ (低年齢児は無し)

★本日のおやつ★

りんごの食べ比べ

林檎のキャラメルソテー
フレッシュ林檎

☆北海道帆立のクリームシチュー

☆大根とカイワレ大根の
紫蘇ドレッシングサラダ

- 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

帆立

- 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

にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー
しめじ、大根、カイワレ大根

- 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、じゃが芋

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、ホワイトルー
白ワイン、塩、胡椒、砂糖、バター