

本日の給食

令和3年11月30日(火)

二十四節気㊟(小雪)

～12月6日まで



本日のおやつ

チョコレートムースと ミックスベリーソース



- ・チョコレート
- ・生クリーム
- ・ラズベリーピューレ
- ・莓ピューレ
- ・白ワインビネガー
- ・レモン汁
- ・白ワイン
- ・豆乳



- ☆ハムカツ
- ☆マカロニオーロラソース
- ☆添え野菜 胡麻ドレッシング
- ☆コンソメスープ

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

チョップドハム

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

レタス、きゅうり、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

お米、マカロニ、胡麻

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

コンソメ、鶏がら、酒、みりん
赤ワイン、ケチャップ、ウスターソース
醤油、砂糖、塩、胡椒