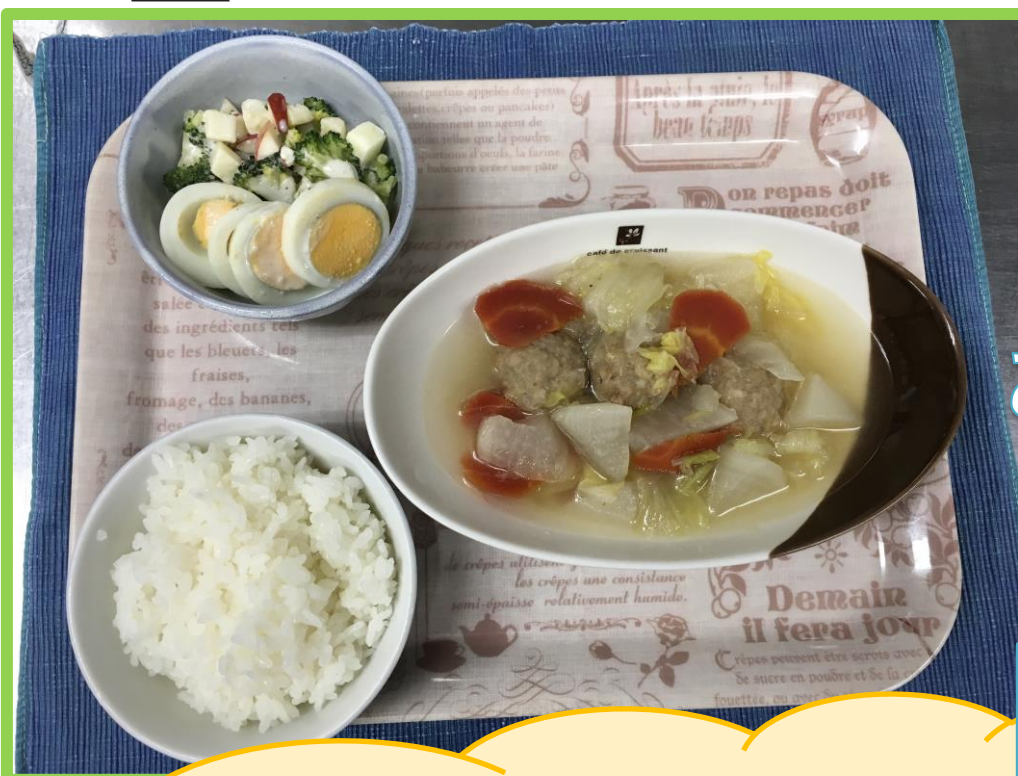


# 本日の給食

令和4年2月22日(火)  
二十四節気②(雨水)  
～3月4日まで



おやつ



パティシエ特製

バナラたっぷり!!  
カスタードシュークリーム

## ☆白菜と肉団子の和風シチュー

## ☆ブロッコリーと林檍のシーザーサラダ

- 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】

- 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、鶏肉、卵

### 緑のお皿

白菜、金時人参、大根  
ブロッコリー、りんご

- 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

米、小麦粉、パン粉  
シーザードレッシング

### 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