

# 本日の給食

令和6年2月15日(木)  
二十四節気(立春)  
～2月18日まで



☆ホテルシェフ特製中華丼  
☆中華スープ(卵、コーン)  
☆ベーコンもやし

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

豚肉、うずら卵、ベーコン、卵

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

人参、白菜、筍、もやし  
きくらげ、玉ねぎ、生姜、白ねぎ

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

米、かき油、ごま油、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

酒、みりん、醤油、鶏がら、かき醤油  
中華スープ、オイスターソース