

本日の給食

令和6年2月29日(木)
二十四節気(雨水)
～3月4日まで



☆コロッケ

☆サラダ(オーロラソースのマカロニサラダ
トマト 胡瓜 キャベツ)

☆みそ汁(大根葉 白ネギ うす揚げ)

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

牛肉 卵 薄揚げ

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

大根葉 トマト キャベツ
胡瓜 コーン 人参 白ネギ
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

米 小麦粉 パン粉 ジャが芋 オリーブオイル
フレンチホワイトドレッシング

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)

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
ケチャップ ソース