

本日の給食

令和6年2月8日(木)
二十四節気(立春)
～2月18日まで



☆ホタテ白菜の豆乳シチュー
☆ベーコンとほうれん草の
きびバターソテー

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

ホタテ、豆乳、ベーコン
きびバター

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

白菜、玉ねぎ、人参、ほうれん草

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、じゃがいも、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・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

白のお皿

コンソメ、鶏がら
白ワイン、塩