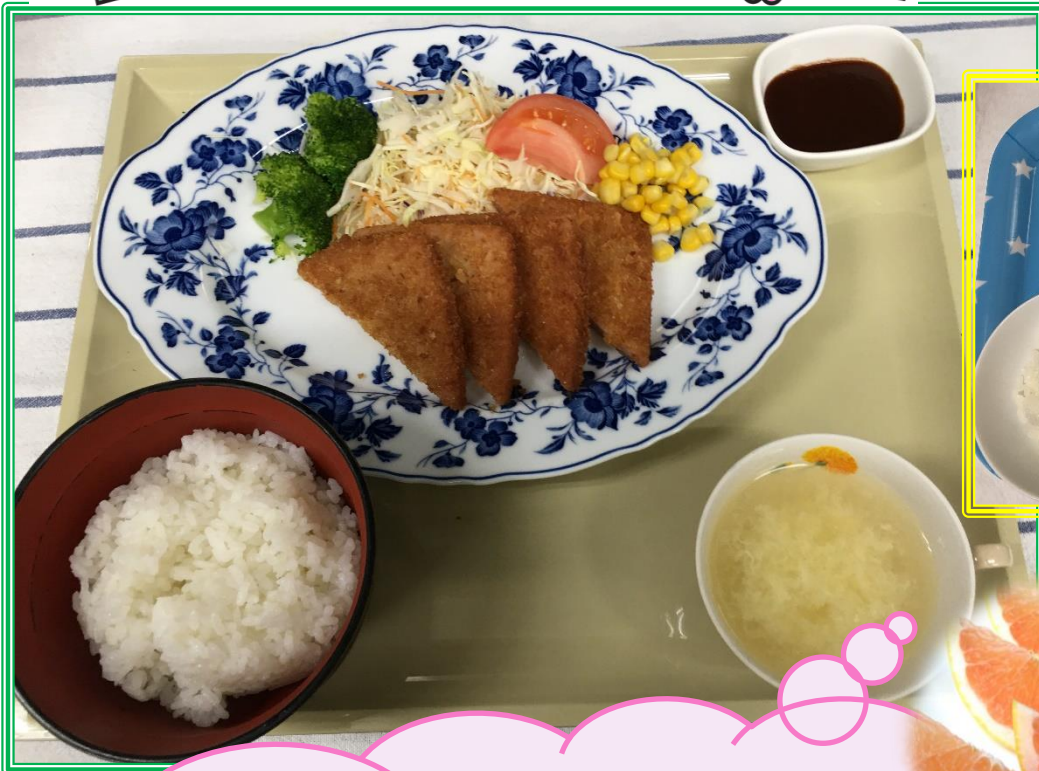


本日の給食

令和6年3月5日（火）
二十四節気(啓蟄)
～3月19日まで



- ☆ハムカツ
- ☆卵スープ
- ☆野菜サラダ
- ☆コーンバター炒め

おやつ

梨

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

ハムカツ、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

ブロッコリー、トマト、コーン
人参、キャベツ、紫キャベツ

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、サラダ油、パン粉

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

コンソメ、鶏がら、酒、みりん
醤油、砂糖、塩