

本日の給食

令和6年4月8日(月)
二十四節気(穀雨)
~4月19日まで



☆和風豆乳シチュー
☆ゼタニーニサラダ

おやつ

マシュマロ
かっぱえびせん
ポップコーン

- 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

卵 ウィンナー 豆乳

- 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 きゅうり サニーレタス
玉ねぎ しめじ

- 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

ご飯 ジャがいも マカロニ
マヨネーズ

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

かつお節 さばの節
おしろあじの節 昆布 酒 みりん
濃口醤油 薄口醤油 白ワイン 塩
こしょう