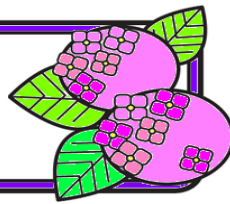




本日の給食



令和6年6月21日(金)
二十四節気(夏至)
~6月21日まで



☆ミートコロッケ

☆サラダ

☆フィアマベスビアース・フジッリサラダ

☆みそ汁(豆腐、水菜)

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】

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】

赤のお皿

牛肉 豆腐 魚肉ソーセージ

緑のお皿

玉ねぎ キャベツ トマト きゅうり 水菜

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】

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)

黄のお皿

米 フィアマベスビアース・フジッリ
キャノーラ油 じゃが芋 マヨネーズ

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 醤油 白ワイン ケチャップ
塩