

本日の給食

令和6年8月2日(金)
二十四節気 大暑(たいしょ)
~8月6まで

素麺大会

270束完食



☆そうめん

☆ひじき煮

(周防大島 寒ひじき)



おやつ

0.1.2歳児
ピンクグレープフルーツ

3.4.5歳児
あおさおにぎり



- 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

ひじき、卵、昆布、干しえび

- 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

トマト、きゅうり、ねぎ、生姜
にんじん、ごぼう、しいたけ

- 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

そうめん

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、むしろあじの節
醤油、酒、みりん、砂糖