

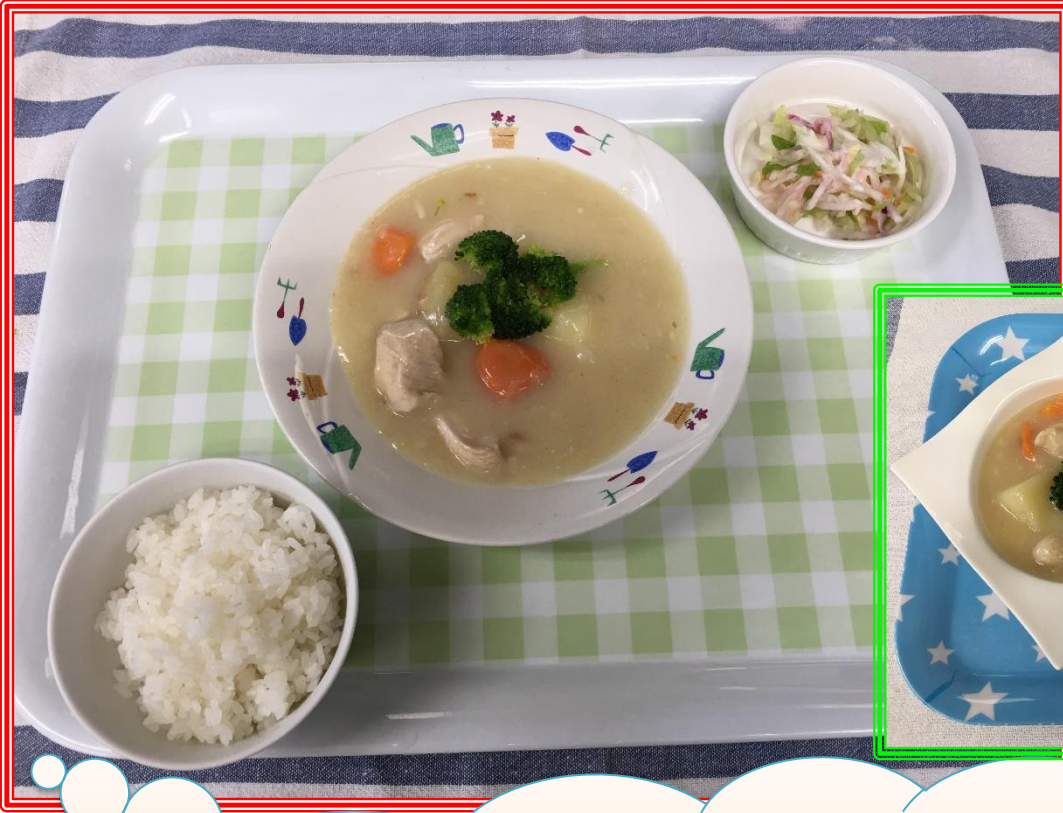


# 本日の給食

令和6年8月6日(火)

二十四節気 大暑(たいしょ)

～8月6まで



## ☆クリームシチュー

## ☆ミックス野菜サラダ

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

鶏肉

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、玉ねぎ、しめじ、大根、紅大根、レタス、白菜、ブロッコリー、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、じゃがいも

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、白ワイン  
砂糖、塩、胡椒、ホワイトシチュールー