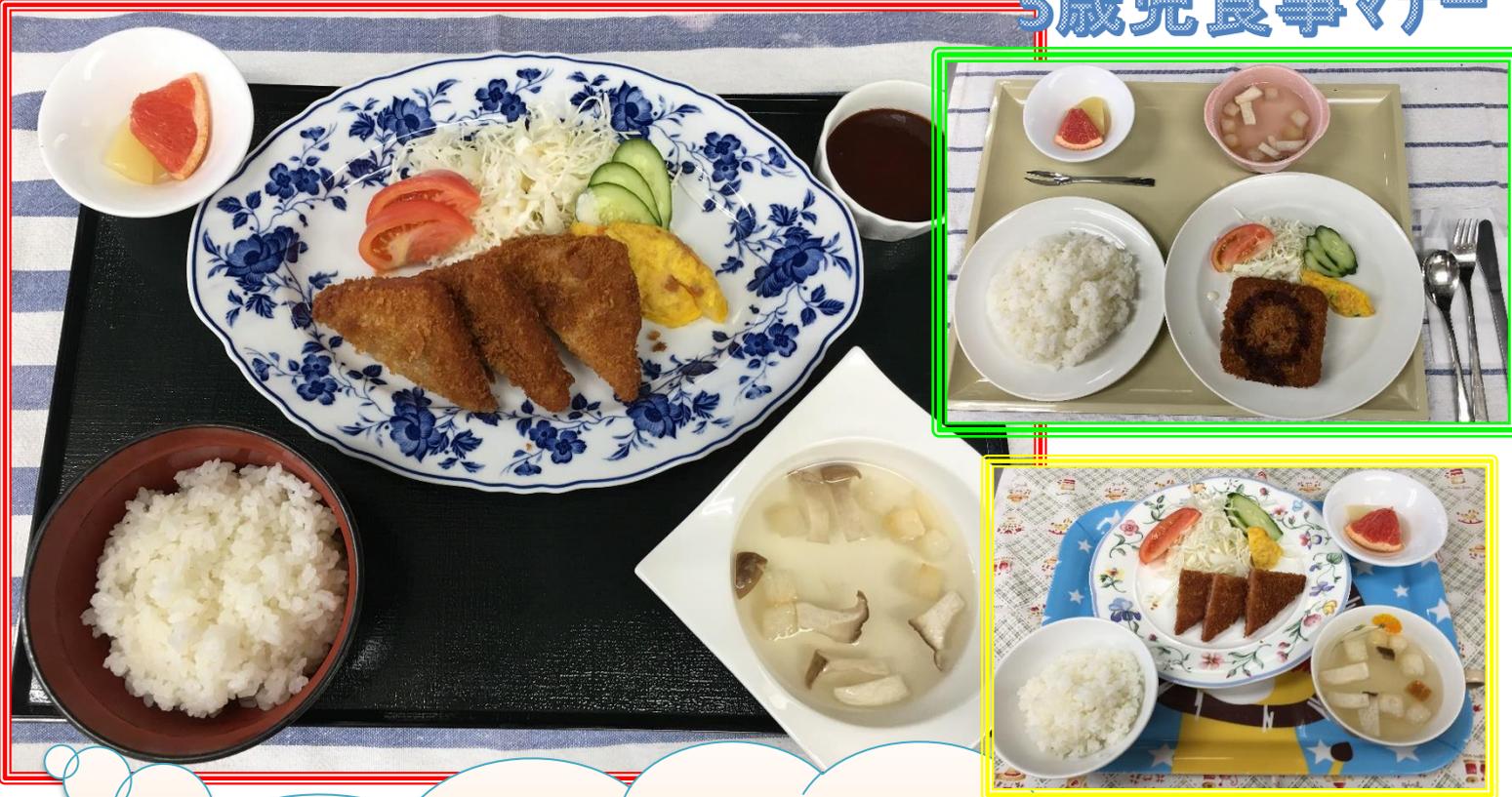


本日の給食

令和6年8月7日(水)
二十四節気 立秋(りっしゅう)
~8月22日まで

5歳児食事マナー



- ☆ ハムカツ
- ☆ ミニオムレツ
- ☆ コンソメスープ
(エリンギ・クルトン)

ピンクグレープフルーツ



おやつ

白桃

- 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
豚肉、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
トマト、キャベツ、きゅうり、エリンギ
人参、グリーンピース

- 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、クルトン、パン粉、サラダ油

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、塩
砂糖、白ワイン