

本日の給食

有機米使用

令和6年9月11日(水)

二十四節気 秋分(しゅうぶん)

~9月22日まで



石川県近江市場
今年初水揚げ
甘エビ

- ☆赤魚の煮付け ☆胡瓜の酢の物
- ☆万願寺のおかか炒め煮
- ☆切干し大根の煮もの
- ☆味噌汁(甘エビ 麩)

おやつ



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

赤魚 甘エビ かにカマ

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

万願寺 人参 胡瓜 切干大根
牛蒡

第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】

第6群 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米 麩

うま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、酒
みりん、塩、醤油、砂糖