

本日の給食

令和6年11月14日(木)

二十四節気(立冬)

~11月22日まで

食事マナー (5歳児クラス)



5歳児



☆チキンカツ

☆サラダ ☆パプリカのソテー

☆コンソメスープ

おやつ



グレープフルーツの
手作り寒天

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

トマト、レタス、ブロッコリー、
グリーンピース、人参、コーン

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、オリーブオイル、油
小麦粉、パン粉、バター

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、砂糖、塩、胡椒、酒、
ソース、ケチャップ、鶏ガラ