

本日の給食

令和7年3月24日(月)

二十四節気(春分)

～4月5日まで



おやつ



いちご

お肉たっぷり

☆ビーフストロガノフ

☆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】

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】

赤のお皿

牛肉

緑のお皿

玉ねぎ、しめじ、キャベツ
トマト、人参

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】

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)

黄のお皿

米

白のお皿

ケチャップ、ソース、砂糖、塩、胡椒
コンソメ、ブイヨン、赤ワイン、鶏がら