

本日の給食

令和7年4月2日(水)
二十四節気(春分)

~4月3日まで



☆チキンライス
☆マカロニツナサラダ
☆豆乳・牛乳コーソープ

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、ツナ、豆乳、牛乳

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

うすいえんどう、きゅうり、
コーン、玉ねぎ、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】

黄のお皿

米、マカロニ、マヨネーズ

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

砂糖、塩、胡椒、赤ワイン、白ワイン
酒、みりん、ケチャップ、コンソメ、
鶏がら、ウスターソース