



本日の給食



令和7年4月10日(木)
二十四節気(清明)

～4月19日まで

5歳児食事マナー



卵、ほうれん草
キャベツ焼き
白菜煮、人参煮
水菜、豆腐



☆花見弁当(鯖の塩焼き、ささみカツ
野菜コロッケ、チキンロール、ウィンナー
卵焼き、ほうれん草のごま和え、三色団子
かぼちゃの煮物、三種のチーズテリーヌ)
☆豆腐と水菜のすまし汁 ☆パイナップル

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

鯖 卵 鶏肉 ウィンナー
桜でんぶ 豆腐、チーズ

緑のお皿

ほうれん草 大根 赤大根 人参 グリーンリーフ
水菜 菜の花 ほうれん草 白菜 紫キャベツ

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 じゃがいも

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

かつお節 さばの節 おしろあじの節 昆布
酒 みりん 醤油 砂糖 塩