

# 今日の給食

令和6年8月6日(木)  
二十四節気 大暑(たいしょ)  
~8月6日まで



おやつ



パーネットーネ

☆かきあげうどん

☆小松菜としめじの煮びたし

- 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

かまぼこ とろろ昆布 竹輪  
利尻昆布

- 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

しめじ 人参 玉ねぎ ねぎ  
いんげん

- 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

うどん 小麦粉 米粉 油

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、むしろあじの節  
薄口醤油、濃口醤油、酒、みりん、砂糖 塩