



本日の給食



令和7年10月7日(火)

二十四節気 秋分(しゅうぶん)

～10月7日まで



おやつ



☆きのこほうれん草のスパゲッティ

☆添え野菜

(サニーレタス キャベツ きゅうり)

☆ポテトサラダ

☆たまごコンソメスープ

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

たまご 桜海老

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

ほうれん草 コーン 人参 きゅうり キャベツ
サニーレタス しめじ まいたけ えのき

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

スパゲッティ ジャガ芋 マカロニ 片栗粉

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 鶏ガラ 白ワイン 砂糖 酒
塩 薄口醤油 ホワイトドレッシング