



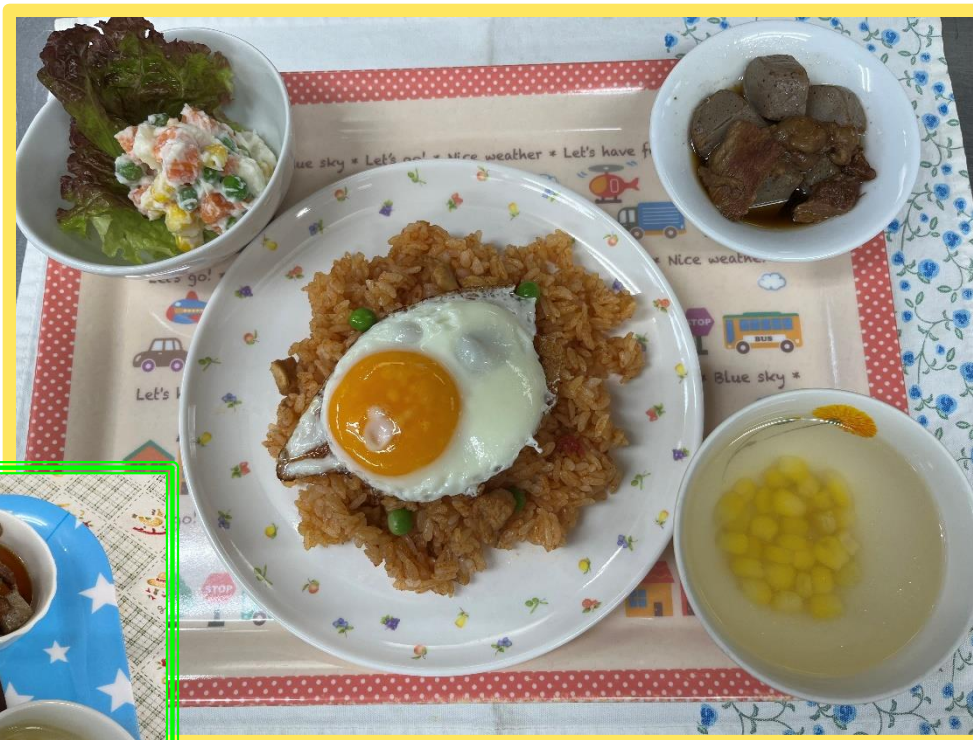
本日の給食



令和7年10月3日(金)

二十四節気 秋分(しゅうぶん)

～10月7日まで



おやつ



バナナ

☆チキンライス
☆ポテトサラダ
☆コーンコンソメスープ

- 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

鶏肉

- 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

グリーンピース 人参 コーン
サニーレタス 玉ねぎ

- 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 ジャガ芋

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

ケチャップ 赤ワイン 醤油 胡椒 カットトマト
鶏がら ウスターソース 砂糖 酒 コンソメ