

今日の給食

令和7年10月23日(木)
二十四節気 霜降(そうこう)
～11月6日まで



☆コロッケ
☆サラダ
☆マカロニミートソース
☆豆乳コンソメスープ

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

牛肉 豆乳 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

人参 コーン グリンピース 紫キャベツ
トマト しめじ えのき 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 ジャガ芋 マカロニ フレンチドレッシング
小麦粉 パン粉 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

鶏ガラ コンソメ ケチャップ 赤ワイン
塩 胡椒 砂糖