



今日の給食

令和7年12月4日(木)
二十四節気(小雪)

～12月6日まで



☆ハヤシライス

☆サラダ

(キャベツ スパイラルのマヨネーズチーズサラダ)

☆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 ナチュラルチーズ

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

玉ねぎ グリンピース トマト
キャベツ コーン 人参 しめじ

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

米 油 スパイラル 小麦粉
コーンスターチ バター
オリーブオイル マヨネーズ

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 塩 胡椒 砂糖
ケチャップ 赤ワイン ハヤシルー
濃口醤油 ウスターソース