



# 本日の給食



令和8年2月5日(木)

二十四節気(立春)

~2月18日まで



## おやつ

チョコレートカステラ



☆ 鮭 ☆ パ ☆ も  
チ プ ヤー ハン  
プ リ カ と 豚 肉 炒 め  
も や し と ね ぎ の 中 華 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】

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】

赤のお皿

鮭 豚肉

緑のお皿

コーン パプリカ (緑 赤 黄)  
もやし ねぎ 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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

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)

黄のお皿

米 油 ごま油 白ゴマ

白のお皿

中華スープ 薄口醤油 濃口醤油  
鶏ガラ 酒 塩 胡椒  
白ワイン みりん