

今日の給食

令和8年3月6日(金)

二十四節気(啓蟄)

~3月19日まで

卒園お祝い膳

5歳児 食事マナー



- ☆赤飯
- ☆チキンスティック
- ☆紅白かまぼこ
- ☆酢の物(きゅうり・かにかま)
- ☆添え野菜(レタス トマト)
- ☆お吸い物(豆腐 かいわれ)
- ☆キャラメルプリン
- ☆海老フライ
- ☆特製タルタル
- ☆オムレツ

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

海老 鶏肉 小豆 たまご
かにかま 白身魚

緑のお皿

レタス トマト きゅうり 玉ねぎ かいわれ
人参 コーン グリンピース

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・野菜ｽｰﾌﾟ・中華ｽｰﾌﾟ)

黄のお皿

もち米 米
サラダ油 パン粉

白のお皿

かつお節 さばの節 おしろあじの節 昆布 酒
醤油 白ワイン レモン マヨネーズ 酢
みりん 砂糖