

本日の給食

令和8年3月26日 (木)
二十四節気(春分)
~4月4日まで



- ☆ミートコロッケ
- ☆パプリカのソテー
- ☆添え野菜 (キャベツ トマト)
- ☆パンプキンスープ



- 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

- 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 かぼちゃ キャベツ トマト
パプリカ (赤・黄・緑)

- 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 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

コンソメ 鶏ガラ
塩 胡椒 砂糖 濃口醤油