

本日の給食

令和8年4月2日(木)

二十四節気(春分)

～4月4日まで



- ☆桜海老とほうれん草のパスタ
- ☆コールスローサラダ
- ☆枝豆のコンソメスープ

- 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

桜海老、枝豆

- 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

ほうれん草、キャベツ、レタス
きゅうり、トマト

- 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

スパゲッティ、バター
オリーブオイル、ごまドレッシング

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、鶏がら、白ワイン
醤油、砂糖、胡椒、塩