



本日の給食



令和7年5月1日(金)

二十四節気(穀雨)

~5月4日



おやつ



りんご煮

- ☆牛肉とキャベツのオーロラ炒め
- ☆サラダ(ブロッコリー 胡瓜
サニーレタス トマト)
- ☆みそ汁(うす揚げ、オクラ)

- 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 うす揚げ 味噌

- 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

キャベツ ブロッコリー
胡瓜 サニーレタス オクラ
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 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米 油 マヨネーズ
胡麻ドレッシング

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

かつお節 さばの節 むしろあじの節 昆布
酒 みりん 濃口醤油 薄口醤油 砂糖
胡椒 ケチャップ 濃口ソース