



本日の給食



令和8年7月6日（月）

二十四節気（夏至）

～7月6日まで



☆ロールキャベツ
☆マカロニミートソース

おやつ



りんご

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

鶏肉 豚肉

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

人参 玉ねぎ コーン レタス
キャベツ 干瓢 ブロッコリー

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

米 マカロニ 小麦粉 パン粉

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

砂糖、塩、胡椒、赤ワイン、トマトピューレ
ケチャップ、コンソメ、
鶏がら、ウスターソース