



本日の給食

令和 8年 8月 25日 (火)
二十四節気 (処暑)
~9月7日まで



おやつ フライドポテト



- ☆夏野菜カレー
- ☆マカロニポテトサラダ
- ☆お豆たっぷりコンソメスープ

- 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

鶏ミンチ 大豆 青えんどう豆
レッドキドニー ひよこ豆

- 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

玉ねぎ 人参 オクラ ズッキーニ
じゃがいも なす かぼちゃ ピーマン
パプリカ (赤・黄) レタス

- 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

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

赤ワイン 醤油 塩 胡椒 砂糖 コンソメ
ウスターソース メッチ 鶏ガラ
コリアンダー マスタード クミン
ターメリック シナモン ローレル レールシード