



本日の給食

令和 8年 8月 20日 (木)
二十四節気 (立秋)
~8月22日まで



☆そうめん
(特製手作りつゆ)
☆鶏肝煮

そうめんバイキング

180束完食



- 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

たまご 鶏肝 干し海老
かにかま 利尻昆布

- 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

きゅうり ねぎ しょうが
干しいたけ 大葉

- 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

素麺

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 おしろあじの節
昆布 酒 みりん 薄口醤油 濃口醤油
塩 砂糖 貝柱