



本日の給食

令和 8 年 8 月 4 日 (火)
二十四節気 (大暑)
~ 8 月 6 日まで



おやつ



りんご



☆ハムカツ

☆生トマトソースフジッリ

☆エリンギとパプリカのソテー

☆コンソメきのこスープ

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

ハムカツ

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

パプリカ (赤、緑、黄) しめじ トマト
エリンギ サニーレタス グリーンピース

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 フジッリ パン粉 油

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

鶏がら コンソメ 白ワイン
ケチャップ ソース 塩 胡椒