

今日の給食

令和7年9月1日(火)

二十四節気 処暑(しょしょ)

～9月7日まで



☆銀鮭の西京メンチ
☆大根と白菜サラダ
☆パプリカソテー
☆きのこコンソメスープ

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

銀鮭 西京味噌

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

玉ねぎ 胡瓜 白菜 大根 紫大根 人参
しめじ エリンギ パプリカ(黄 赤 緑)
紫キャベツ

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 パン粉 小麦粉 油
胡麻ドレッシング

うま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

コンソメ 鶏ガラ 薄口醤油 酒 みりん
砂糖 塩 魚醤