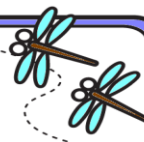




今日の給食



令和 8年 9月 9日 (水)
二十四節気 (白露)
～9月22日まで

5歳児食事マナー デザート:梨



☆点心 (餃子 しゅうまい
麻婆茄子入り三角春巻き)

☆春雨サラダ

☆ミニラーメン

本日のおやつ
20世紀梨



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

豚肉 鶏肉 豚ももハム

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

キャベツ にら もやし ねぎ 玉ねぎ
しょうが にんにく たけのこ きゅうり
なす 人参 メンマ

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 ごま油 小麦粉
サラダオイル 白ごま

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

中華だし 鶏ガラ 酒 塩 こしょう
豆板醤 薄口醤油 酢 砂糖