

今日の給食

令和 8年 9月 8日 (火)
二十四節気 (白露)
~ 9月 22日 まで



☆ミートスパゲッティ

☆サラダ

(ポテトサラダ キャベツ ブロッコリー)

☆ミックスベジタブルのコンソメスープ

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

鶏肉

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 グリンピース コーン
人参 胡瓜 キャベツ
ブリッコリー トマト

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

パスタ ジャがいも 油
胡麻ドレッシング

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

コンソメ 鶏ガラ 赤ワイン 砂糖 塩
胡椒 トマトピューレ 濃口醤油
ウスターソース ケチャップ