

今日の給食

令和 8年9月17日 (木)
二十四節気 (白露)
~9月22日まで



☆ロールキャベツ ☆大根サラダ

- 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 マヨネーズ

- 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 玉ねぎ 人参
ブロッコリー大根 きゅうり トマト
エリンギ レタス かんぴょう

- 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

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 鶏がら 塩 胡椒
砂糖 白ワイン