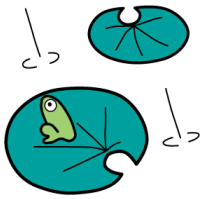
学校給食だより

2009年6月　摂津市学校給食会



栄養三色

● **赤色の食品** 血や肉、骨をつくる
肉、魚、卵、豆、乳、海藻類

● **緑色の食品** 体の体調をととのえる
緑黄色野菜、淡色野菜、果実類

● **黄色の食品** 熱や力のもとになる
穀類、いも類、砂とう類、油脂類

1日〈月〉・26日〈金〉

献立表：しろごはん／ぎゅうにゅう／★ピリからにくじゃが／とさずあえ

栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g)

| | | |

| 献立表 | 栄養三色(赤・緑・黄)食品名・可食量(g) | | |