

~おうちの方へ~

新型コロナウイルス感染症による経済対策で、国産の農畜水産物の販売促進及び食育の観点から、国から「魚」と「肉」の提供があります。普段はなかなか出せない和歌山の魚や和肉を10月から数回、献立に活用していきます。

毎月の献立表に「和歌山応援メニュー」として紹介します。

今月の『わかやま応援メニュー』は、5日(月)の「アユの唐揚げ」です。

「梅干しで元気キャンペーン」

わかやまけんから、みなさんに「うめぼし」がプレゼントされます。わかやまじまんの「うめぼし」をめしあがれ！

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 4 columns: 栄養素 (Nutrient), 食品グループ (Food Group), 多く含む食品 (Food rich in nutrient), 多く含む食品 (Food rich in nutrient).

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。



Menu for days 1 and 2 (木 1 and 金 2) with calorie counts and ingredients.

Main menu grid for days 5 through 30, including calorie counts and detailed ingredient lists for each day's lunch.

