

＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table with 4 columns: 食品グループ, おもにエネルギーのもとになる食品, おもに体をつくるもとになる食品, おもに体の調子を整えるもとになる食品. Includes sub-headers for 栄養素, 炭水化物, 脂質, たんぱく質, 無機質, ビタミン, 無機質.



☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

Table with 3 columns: 水 1, 木 2, 金 3. Contains menu items like 牛乳, ごはん, じゃがいも, さけ, etc. Includes illustrations of a bowl of food and a bee.

Main menu table with 5 columns (6-10, 13-17, 20-24, 27-31) and 2 rows (13-17, 20-24). Each cell contains a menu item, ingredients, and kcal. Includes illustrations of a chef and a fruit character.