

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 4 columns: Food Group, Energy, Body Building, Body Regulation. Includes nutrients like carbohydrates, lipids, protein, and vitamins.



☆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 for Friday (金) with menu items like 牛乳, チキンライス, and かつおのとうにゅうスープ.

Main menu table with columns for days 4 through 20. Each day includes a meal name, ingredients, and calorie count.

...しんメニューしょうかい...
14日...「てっかなす」
19日...「やきさばのみぞれかけ」