

Main menu table with columns for days 3-7, 10-14, 17-21, 24-28, 31. Each day includes a meal name, ingredients, and kcal. Includes 'Sports Day' (10) and 'Fruit Lunch' (18) sections.



スポーツの日



新型コロナウイルス感染症による経済対策で、国から肉の提供があります。県内産の熊野牛が献立に登場します。

- 6日(木)熊野牛で牛丼
12日(水)熊野牛でビーフシチュー
18日(火)熊野牛でビーフカレー
31日(月)熊野牛のステーキ



10月の紀の川市産の野菜は...里芋、さつまいも、小松菜、きゅうり、葉ねぎ、にんにく、かぼちゃ
米...きぬひかり(紀の川市産)
手作りみそ(アグリハート)
手作りこんにやく(四季グループ)
18日(火) ひらたねなし柿

Table with 4 columns: Food Group, Energy, Body Building, and Body Maintenance. Includes sub-headers like 'たんぱく質' and '無糖質'.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。