

12月の紀の川市産の野菜は・・・白菜、大根、キャベツ、ほうれん草、小松菜、味美菜、葉ねぎ、人参、きゅうり、ブロッコリー

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)

フルーツ給食

16(金) レモン 20(火) みかん

・サンラータンメンのレモンは粉河の生レモンを絞って作る予定です。



Main menu table with columns for days (5-23) and rows for meal items (牛乳, ごはん, サラダ, etc.) with ingredients and kcal values.

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table explaining food groups: ① Energy sources (炭水化物, 脂質), ② Body building (たんぱく質, 無機質), ③ Body adjustment (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。

