

Table with 5 columns (Days 2-6) and 1 row. Each column contains a menu for a specific day with items and calorie counts.

Table with 5 columns (Days 9-13) and 1 row. Each column contains a menu for a specific day with items and calorie counts.

Table with 5 columns (Days 16-20) and 1 row. Each column contains a menu for a specific day with items and calorie counts.

Table with 5 columns (Days 23-27) and 1 row. Each column contains a menu for a specific day with items and calorie counts.

防災の日 準備はOK? 9月1日は、防災の日です。日頃から防災について意識し、備えておくことが大切です。

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table mapping food groups to nutrients: しょくひん食品グループ, えいよう素栄養素, エネルギー, エネルギー, 体をつくる, 体をつくる, 体の調子を整える, 体の調子を整える.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。夏休みも終わり、学校生活が再開します。毎日元気にすごすには、早起き、早寝をして、3食をしっかりと食べて、生活リズムをととのえることが大切です。

