

10月の紀の川市産の野菜は・・・里芋、さつま芋、小松菜、あじみな、にんじん、たまねぎ、ねぎ、きゅうり

米・・・きぬひかり(紀の川市産)

フルーツ給食

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)

5(火) ひらたねなし柿

4(月)県の「梅干しで元気!!キャンペーン」で、小学生のみ梅干を頂きました。

和歌山県の梅は栽培面積、出荷量ともに全国1位で、県を代表する特産品です。

<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 like たんぱく質, 無機質, ビタミン.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

金 1 557kcal. Menu items: きゅうりゅうごはん, ちくぜんに, とりももにく, ごぼう, ちくわ, いんげん, さといも, さとう, こいくちしょうゆ, ほうれんそうのツナあえ, ツナ, さとう, す, しつじきふりかけ, ひじき, かつぶし, みりん.

Main menu grid with 5 columns (days 4-8, 11-15, 18-22, 25-29) and 2 rows. Each cell contains a meal name, kcal, and ingredients. Includes a small character illustration in the middle row.