

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 3 columns: Food Group (shokuhin, omo, eiyouso), Energy Source (carbohydrates, lipids, protein), and Nutrients (vitamins, minerals).



☆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 (7/8) with menu items like '牛乳 チキンライス' and 'かぼちゃのとうもろこしスープ'.

Main menu grid for days 4-8, 11-15, 18-20. Each cell contains a meal name, ingredients, and kcal. Includes special notes like 'フルーツ給食'.

...しんメニューしょうかい...
14日...「てっかなす」
あまがらみそあじで、なすとのあいしょうバッチリ！
なすがにがてでも、たべやすいあじつけです。
19日...「やきさばのみぞれかけ」
やいたさばに、だいこんをおろしてトウバンジャンをかかせたタレをかけます。
だいこんおろしには、しょうかをたすけてくれるはたらきがあります。

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_