



ハロウィーン

☆材料購入の都合により
献立を変更することが
あります。

＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

しょうひん 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
えいようそ 栄養素	たんぱくひぶつ 炭水化物	しじつ たんぱく質	びたみん ビタミン
	しじつ 脂質	むきしつ 無機質 (カルシウム)	むきしつ 無機質