

＜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 炭水化物, 脂質, たんぱく質, ビタミン, 無機質.

10月紀の川市産の野菜は... たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ、さといも さつまいも など 米...にこまる(紀の川市産) フルーツ給食(市内産のフルーツ)... 10/28 ひらたね柿

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。



Main menu table with columns for days 1-31. Each day includes a meal name, kcal, and a list of ingredients. Days 13, 17, 24, and 31 have special themes like 'Sports Day' and 'Fruit Giving'.

Table with 2 columns: 月 (Monday) and 火 (Tuesday). Each day includes a meal name, kcal, and a list of ingredients. Includes illustrations of pumpkins and sports scenes.