

＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table with 4 columns: Food Group, Energy, Body Building, Body Regulation. Includes sub-headers for Carbohydrates, Lipids, Protein, and Vitamins.



☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

Menu for days 1 (木) and 2 (金). Includes items like 牛乳, ごはん, ナス入りマーボー豆腐, and ぎょうざ 2こ.

Main menu grid for days 5 (月) through 9 (水). Each day's menu includes a main dish, side dishes, and a drink, with calorie counts.

Main menu grid for days 12 (木) through 16 (水). Includes items like 牛乳, ごはん, ぶたにくとやさいのちゅうかに, and フルーツ給食.

Main menu grid for days 19 (木) and 20 (金). Includes items like 牛乳, ごはん, なつやさいのみぞしる, and オムレツ.

～ 7がつのこんだてより ～
15に「しるなしたんたんめん」
19に「ササミのうめずあげ」

