

く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, and Body Regulation. Includes icons for carbohydrates, proteins, 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。

朝ごはんは1日の元気の源です。朝ごはんを食べると、午前中に活動するための準備がととのいます。



Menu for days 1-10. Day 1: 牛乳, ごはん, あじかつお, ポテトサラダ. Days 2-10: えんそく, けんぽうきねんび.

Main menu grid for days 6-31. Each day includes a meal name, kcal, and a list of ingredients with quantities.

朝ごはんを食べると



フルーツ給食

