

Main menu table with 5 columns (days 29-30, 1-2, 5-6, 7-8, 9) and 5 rows. Each cell contains a meal name, ingredients, and kcal. Includes special days like '敬老の日' and '秋分の日'.

8.9月の紀の川市産の野菜は...小松菜、人参、玉ねぎ、きゅうり、切干し大根、さつまいも
米...きぬひかり(紀の川市産)
手作りみそ(アグリハート)
手作りこんにやく(四季グループ)

Table with 4 columns: ①おちにエネルギーのもとになる食品, ②おちに体をつくるもとになる食品, ③おちに体の調子を整えるもとになる食品, ④おちにたんぱく質, ⑤おちにビタミン. Includes a note: <3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。