

「フルーツきゅうしょく」について

「フルーツきゅうしょく」とは、きのかわしてしゅうかくされたもののことをみなさんにもっと「してほしい」「たくさんたべてほしい」というおもいから、きのかわしがみなさんへ、きのかわしさんのくだものをていきょうするとりくみです。

1かげつに1~2かい「フルーツきゅうしょく」として、いちご・きよみオレンジ・デラウェア・なし・かき・みかんなどのくだものや、はっさくのかんづめなど、きのかわしてしゅうかくされたくだものでつくったかこうひんなどをこんだてにとりいれていきます。



Table with 3 columns: 水 9, 木 10, 金 11. Each column lists menu items and their kcal values.

Main menu table for days 14-18. Includes items like 牛乳, ごはん, しょうみさかなフライ, カレーライス, とんかつ, しょうゆ, ツナ, etc.



さくらんぼとレモンのかじゅうをつかったゼリーです。

Main menu table for days 21-25. Includes items like 牛乳, ごはん, はるさめのちゅうかサラダ, きんぴらごぼう, しょうゆ, ツナ, etc.



ふりかえきゅうじつ 振替休日



Menu for day 30: 牛乳, コッペパン, ポロニアム, もやしのカレーシチュー, クリームシチュー.

Section titled 'こんだてひょうのみかた' (How to read the menu). Includes a detailed menu for day 9 and explanatory text about energy and nutrients.

☆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>

Table showing nutrient groups: 食品グループ, 栄養素, and their corresponding food categories.

Section titled '一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。' (Please serve carefully considering one person's portion). Includes an illustration of a person serving food.