

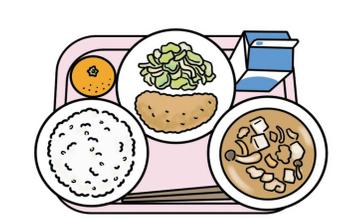
Table for days 2-6 (Monday-Friday). Columns: 月 2, 火 3, 水 4, 木 5, 金 6. Rows: 牛乳, ごはん, つけもの/おかず, 牛乳, ごはん, やきそば/カレーライス, 牛乳, ごはん, やきそば/カレーライス. Includes illustrations of a girl eating and a stack of books.

Table for days 9-13 (Monday-Friday). Columns: 9, 10, 11, 12, 13. Rows: ジャム(ストロベリー), ごはん, にく/お肉, 牛乳, ごはん, ひじき/わかめ, 牛乳, ごはん, ひじき/わかめ. Includes illustration of a girl eating and a bowl of fruit.

Table for days 16-20 (Monday-Friday). Columns: 16, 17, 18, 19, 20. Rows: 牛乳, たまご/たまご, 牛乳, いそ/いそ, 牛乳, ガバオライス, そつぎょうしき, しゅんぶんのひ. Includes illustrations of cherry blossoms and a rice ball.

Table for day 23 (Monday). Row: 牛乳, ごはん, アジフライ, チンゲンサイ, 牛乳, ごはん, アジフライ. Includes illustration of a girl eating.

…こんだてのなかから…
★マークのあるメニューについて
2日・13日のメニューに、★マークがついています。これは、あらかじめしょうがっこうの6ねんせい、かていのかのじゅぎょうでかんがえてくれたものです。
2日 「だいこんのもの」
きのかわしさんの「だいこん」をつかいます。ちゅうかふうにあじつけします。だいこんのおいしさを、ひきたててくれるにものです。
13日 「そうかいしおからあげ」
きのかわしさんの「だいこん・ねぎ」をつかいます。だいこんとねぎで、さっぱりとしたあじのたれをつくり、からあげにかけます。



<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 3 columns: 食品グループ, 栄養素, 食品グループ. Row 1: 牛乳, たんぱく質, たんぱく質. Row 2: ごはん, 炭水化物, たんぱく質. Row 3: アジフライ, 脂質, 無機質. Row 4: チンゲンサイ, 無機質, 無機質. Row 5: 牛乳, ビタミン, ビタミン.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。