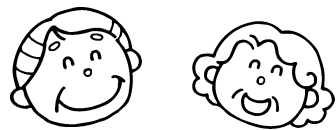
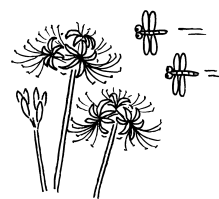


Main menu table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金) and rows for dates (30, 31, 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 30). Each cell contains a meal name, calorie count, and a list of ingredients with their respective amounts.

敬老の日



秋分の日



新型コロナウイルス感染症による経済対策で、国から肉と魚の提供があります。県内産の熊野牛と梅真鯛が献立に登場します。

10日(金)熊野牛ステーキ  
14日(火)梅真鯛の野菜あんかけ  
30日(木)熊野牛で焼き焼煮

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 4 columns: 食品グループ (Food Group), 栄養素 (Nutrient), and corresponding food items. Columns include: 1. Energy sources (おもとにエネルギーのもとになる食品), 2. Body-building nutrients (おもとに体をつくるもとになる食品), 3. Posture-adjusting nutrients (おもとに体の調子を整えるもとになる食品), 4. Vitamins (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。



|