

10月の紀の川市産の野菜は・・・里芋、さつまいも、小松菜、あじみな、にんじん、たまねぎ、ねぎ、きゅうり

米・・・きぬひかり(紀の川市産)

フルーツ給食

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)

5(火) ひらたねなし柿

4(月)県の「梅干しで元気!!キャンペーン」で、小学生のみ梅干しを頂きました。

和歌山県の梅は栽培面積、出荷量ともに全国1位で、県を代表する特産品です。

<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, Body Regulation. Includes sub-headers like Protein, Carbohydrates, Lipids, Fiber, Vitamins, and No Fiber.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

Menu for Day 1 (金) with kcal and ingredients like ぎょうにゅうごはん, ちくぜんに, ほうれんそう, ツナ, さとう, す, しつじきふりかけ.

Main menu grid with 5 columns (days 4-8, 11-15, 18-22, 25-29) and 4 rows. Each cell contains a meal name, kcal, and a list of ingredients.