

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 3 columns: Food Group (e.g., Energy, Body Building, Balance), Nutrients (e.g., Carbohydrates, Lipids, Protein, Fiber, Calcium, Vitamins, Minerals).



☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

Table for Friday (金) with 631kcal, listing menu items like 牛乳, チキンライス, and じゃがいも.

Main menu grid with columns for days 4-8 and 11-15, 18-20. Each cell contains a meal name, ingredients, and kcal. Includes special notes like 'フルーツ給食' and 'しんメニューしょうかい'.

しんメニューしょうかい
14日...「てっかなす」
あまがらみそあじで、なすとのあいしょうバッチリ!
なすがにがてでも、たべやすいあじつけです。
19日...「やきさばのみぞれかけ」
やいたさばに、だいこんをおろしてトウバンジャンをかかせたタレをかけます。
だいこんおろしには、しょうかをたすけてくれるはたらきがあります。
