

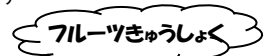
＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table with 3 columns: 食品グループ, おもにエネルギーのもとになる食品, おもに体をつくるもとになる食品, おもに体の調子を整えるもとになる食品

☆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 days 1, 2, and 3. Day 1: 牛乳 576kcal, ごはん ちくわのいそべあげ. Day 2: 牛乳 557kcal, ごはん おやくどん. Day 3: ぶんかのひ 文化の日.



Main menu grid for days 6-30. Each day includes a meal name, ingredients, and kcal. Includes special days like '勤労感謝の日' and 'なめこのみそしる'.



みかんは、わかやまけんからいただきます

