

10がつ1たち (かようび)

「うめぼしでげんき!! キャンペーン」があり、わかやまけんから「うめぼし」をいただきました。



☆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 with 4 columns (火, 水, 木, 金) and 1 row (10月). Each cell contains a menu for that day with items and kcal.

Table with 5 columns (7, 8, 9, 10, 11) and 1 row. Each cell contains a menu for that day with items and kcal.

Table with 5 columns (14, 15, 16, 17, 18) and 1 row. Each cell contains a menu for that day with items and kcal. Includes 'Sports' theme.

Table with 5 columns (21, 22, 23, 24, 25) and 1 row. Each cell contains a menu for that day with items and kcal. Includes 'Fruit' theme.

Table with 5 columns (28, 29, 30, 31) and 1 row. Each cell contains a menu for that day with items and kcal. Includes 'Umeboshi' theme.

わかやまけんのうめのしゅうかくはにほんいち! みなべ・たなべちいきをちゅうしんにさいばいされています。なんこううめは、わかやまけんをだひょうとするうめのひんしゅだよ。わかやまけんさんのうめぼしをひとくちでもいいのであじわってみてくださいね! あらたなはっけんがありますように!

Table with 4 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. Includes nutrient names like 炭水化物, 脂質, タンパク質, 無機質, ビタミン.

