

Main menu table with columns for days 2-6 and 9-13, 16-20. Each cell contains a meal name, ingredients, and kcal. Includes illustrations of a girl eating and a rice ball.

…こんだてのなかから…

★マークのあるメニューについて
2日・13日のメニューに、★マークがついています。これは、あらかわしょうがっこうの6ねんせい、かていのかのじゅぎょうでかんがえてくれたものです。

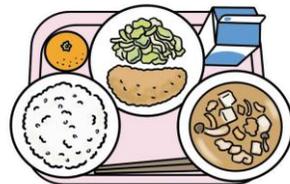
2日 「だいこんのもの」
きのかわしさんの「だいこん」をつかいます。ちゅうかふうにあじつけします。だいこんのおいしさを、ひきたててくれるにものです。

13日 「そうかいしおからあげ」
きのかわしさんの「だいこん・ねぎ」をつかいます。だいこんとねぎで、さっぱりとしたあじのたれをつくり、からあげにかけます。

＜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 (e.g., Vegetables, Protein, Grains), Energy/Body Building, Body Regulation, and Nutrients (e.g., Carbohydrates, Lipids, Protein, Vitamin).

2日(月)
きのかわしオーガニックビレッツ
じゅんぴかいから
「じもとのうかさんがゆうきのうぎょうでせいさんされたおこめ」をいただきます。



☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。