

「フルーツきゅうしょく」について

「フルーツきゅうしょく」とは、きのかわしでしゅうかくされただものごとをみなさんにもっと「してほしい」「たくさんたべてほしい」というおもいから、きのかわしがみなさんへ、きのかわしさんのくだものをていきょうするとりくみです。

1かげつに1~2かい「フルーツきゅうしょく」として、いちご・きよみオレンジ・デラウェア・なし・かき・みかんなどのくだものや、はっさくのかんづめなど、きのかわしでしゅうかくされただものをつくったかこうひんなどをこんだてにとりいれていきます。



Main menu table with columns for dates (13-30) and meal types (牛乳, ごはん, etc.). Includes special boxes for 'フルーツきゅうしょく' and 'しょうわのひ'.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table mapping food groups (e.g., 炭水化物, 脂質) to nutrients (e.g., エネルギー, たんぱく質).

Instructional graphic: 「一人分を考えて丁寧に盛り付けましょう。」 with illustrations of a bowl and a spoon.