

<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., Energy, Body Building, Body Regulation), Nutrients (e.g., Carbohydrates, Lipids, Protein, Fiber, Vitamins), and corresponding symbols (circle, triangle, square).



19日(火)

きのかわしオーガニックビレッジじゅんぴかいから「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。

Menu for Day 1 (Friday) with 640kcal. Items include: 牛乳 (Milk), たけのこごはん (Mushroom rice), カツオカツ (Tuna cutlet), うめこんぶあえ (Ume konbu dressing), えのきたけのみそ汁 (Enoki mushroom miso soup).

Main menu table with 5 columns (Days 4-8, 11-15, 18-22, 25-29) and 5 rows. Each cell contains a meal name, ingredients, and nutritional information (kcal).