

<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, Energy Source, Body Building, Body Regulation. Includes sub-headers like 'たんぱく質', 'ビタミン', and '無機質'.

紀の川市産の野菜は・・・スナップえんどう、うすいえんどう、人参、キャベツ、たまねぎ、ほうれん草、ねぎ、小松菜、きゅうり、大根 など

米・・・きぬむすめ(紀の川市産)
フルーツ給食(市内産のフルーツ)・・・はっさく(13日)



☆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 (5/4) with 563kcal. Includes items like 'きゅうりゅう', 'ごはん', 'キャベツ', 'スナップえんどう', 'とうもろこし'.

Weekly overview table for days 4-8. Day 4: みどりの日. Day 5: こどもの日. Day 6: 早起き, 早寝, 朝ごはん. Day 7: きゅうりゅう, ぶたどん. Day 8: きゅうりゅう, たけのこごはん.

Menu for days 11-15. Day 11: きゅうりゅう, ごはん, とうふのちゅうかに. Day 12: きゅうりゅう, おまぜ. Day 13: きゅうりゅう, ハヤシライス. Day 14: きゅうりゅう, ごはん, カツオカツ. Day 15: きゅうりゅう, ごはん, フルコギ.

Menu for days 18-22. Day 18: きゅうりゅう, ごはん, ハンバーグ. Day 19: きゅうりゅう, ごはん, じゃが(えんどうまめ). Day 20: きゅうりゅう, しゃくパン, メンチカツ. Day 21: きゅうりゅう, ごはん, しろみさかなのていやく. Day 22: きゅうりゅう, ごはん(けんりょう), わかやまラーメン.

Menu for days 25-29. Day 25: きゅうりゅう, ごはん, バッファローチキン. Day 26: きゅうりゅう, ごはん, さんまのかつおぶし. Day 27: きゅうりゅう, カレーピラフ. Day 28: きゅうりゅう, えんどういわかめごはん. Day 29: きゅうりゅう, こうやどうふのどぼろどん.

