

＜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, Grains), Energy Source (Carbohydrates, Fats), Body Building (Proteins, Minerals), and Body Regulation (Vitamins, Minerals).



☆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 (9/1) with 669kcal, including items like 牛乳, ごはん, and キャベツメンチカツ.

Main menu grid for days 4 through 29, listing daily meals, ingredients, and calorie counts (e.g., 牛乳 616kcal, ごはん たんたんにくみそどん).

ひやしちゅうかうどんは、「おおざら」にめんをいれて、ぐをのせてください。ぐのうえに、ちゅうかスープをかけて、たべてください。



ひいろう ひ 敬老の日



27 牛乳 618kcal 千キンライス