

＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table with 4 columns: 食品グループ, エネルギー, 体をつくる, 体の調子を整える. Includes sub-categories like たんぱく質, 炭水化物, 脂質, ビタミン, 無機質.



☆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 木 1 (552kcal) and 金 2 (683kcal). Includes items like 牛乳, チョーパン, ごはん, ぎょうにくコロッケ, きりぼしだいにんごのみ, きりぼしだいにんごのみ, きりぼしだいにんごのみ, きりぼしだいにんごのみ, きりぼしだいにんごのみ.

Main menu grid with 5 columns (days 5-9, 12-16, 19-23, 26-30) and 2 rows. Each cell contains a meal plan with item names, quantities, and kcal values. Includes illustrations like a boy and girl, and a plate of food.