

12月の紀の川市産の野菜は... 白菜、大根、キャベツ、ほうれん草、小松菜、味美菜、葉ねぎ、人参、きゅうり、ブロッコリー

米...きぬひかり(紀の川市産) 手作りみそ(アグリハート) 手作りこんにやく(四季グループ)

フルーツ給食

16(金) レモン 20(火) みかん

・サンラータンメンのレモンは粉河の生レモンを絞って作る予定です。



Table with 2 columns: 木 (584kcal) and 金 (622kcal). Lists menu items like 牛乳, ごはん, チンジャオロース, etc.

Main menu table with 5 columns (days 5-9, 12-16, 19-23) and 2 rows (days 5-8, 9-11). Lists daily menu items and calorie counts.

< 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., 小麦胚芽食品グループ) to nutrients (e.g., 炭水化物, 脂質, タンパク質).

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

