

Table with columns for days of the week (1日(金) to 18日(月)),献立名 (Menu Name), and material usage (材料名および使用量 (g)). Includes a summary row for energy and nutrients, and a section for '今月の地産地消は' (Local products this month).

Table with columns for days of the week (19日(火) to 29日(金)),献立名 (Menu Name), and material usage (材料名および使用量 (g)). Includes a summary row for energy and nutrients, and a section for '今月の地産地消は' (Local products this month) with an illustration of a character.

6つの基礎食品群:1:1群(たんぱく質)2:2群(無機質)3:3群(緑黄色野菜)4:4群(その他の野菜・きのこ・果物)5:5群(炭水化物)6:6群(脂質)

5月分栄養素等平均摂取量 エネルギー;794kcal,たんぱく質;33.2g,脂質;23.1g,カルシウム;450mg,鉄;4.5g,ビタミンA;300μgRE, ビタミンB1;0.50mg,ビタミンB2;0.60mg,ビタミンC;35mg, 食物繊維;7.0g, 食塩相当量;2.5g

※成長期の子どもたちが成長するために考えられている献立です。栄養バランス、分量等のご参考にさせていただきます。

食品名横の と のマークの説明
ならのしか 奈良県産の食品です
こだいちゃん 橿原・御所・高市地区産の食品です