

Main menu table for May 1-18, including columns for day, dish name, and ingredients. Includes callouts for '柏餅' (Bakamochi) and 'イカメンチカツ' (Squid Cutlet).

Main menu table for May 19-31, including columns for day, dish name, and ingredients. Includes callouts for 'ごはん1食' (1 meal), '食育の日' (Food Education Day), and 'まほろばの日' (Maboroshi no Hi).

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(カロテン) 4:4群(ビタミンC・他) 5:5群(炭水化合物) 6:6群(脂質)
5月分栄養素等平均摂取量 エネルギー;kcal,たんぱく質:g,脂質:g,カルシウム:mg,鉄:g,ビタミンA:µgRE, ビタミンB1:mg,ビタミンB2:mg,ビタミンC:mg,食物繊維:g,食塩相当量:g
※成長期の子供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、分量等のご参考になさってください。

食品名横のマークの 説
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