

献立表 (1日(木) to 15日(木))

献立表 (16日(金) to 29日(木))

食材の「個」「本」「袋」「切」と入っているもの以外はgです
9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、μg RE,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
1群…たんぱく質, 2群…無機質, 3群…カロテン・ビタミン, 4群…ビタミン, 5群…炭水化物, 6群…脂質



食品名横の
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
今月は「リュウ」と「さくら」にちなんで献立です！
14日はストリートファイターのメニューはリュウとさくらの大好きな食べ物です。

