



Main menu table for October 1st to 16th. Columns include date, meal name, ingredients, and nutritional information. Includes callouts for '観光PRキャラクター' and '旬の食材'.

榎原市の観光PRキャラクター
さららちゃんやこだいちやんと
榎原市学校給食応援アンバ
サダー リウが食をお知らせ
します。

旬の食材
さつまいも

10:10
国の愛護デー
ブルーベリー

まほろばの日

Main menu table for October 17th to 31st. Columns include date, meal name, ingredients, and nutritional information. Includes callouts for '食育の日' and '読書週間'.

食育の日
世界の料理
ドイツ

適塩給食の日、減塩ですが
薄味を感じさせない工夫を
した献立を考えています。

読書週間 10月28日から11月1日
あれこれたまご
とりやまみゆき
なかの しげる
中華朝スープ

あ：あかいろのたべもの・・・からだをつくるもとになるもの き：きいろのたべもの・・・ねつやちからになるもの み：みどりいろのたべもの・・・からだのちょうしをととのえるもの

榎原市の観光ピーアールキャラクター「こだいちちゃん」
がついている食べ物は、榎原・御所・高市地区でとれた
食べ物です。

このマークは「奈良のしか」です。食品の横にこのマーク
があるものは、奈良県でとれた食べ物を表しています。
こだいちちゃん、奈良のしかを探してみましょう。

マークの日は家庭から
「おはし」を持てきましょう。