

6つの基礎食品群：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

6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;mg,ビタミンA;μgRE,ビタミンB1;0.mg,ビタミンB2;0.mg,ビタミンC;mg, 食物繊維;g, 食塩相当量;g

※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、分量等のご参考になさってください。

食品名横の  と  のマークの説明  
ならぬしか 奈良県産の食品です

 こいちらん 檜原・御所・高市地区産の食品です