

Table with 7 columns: 実施日 (Date), 献立名 (Menu Name), 赤の食品 (Red Food), 黄色の食品 (Yellow Food), 緑の食品 (Green Food), 栄養量 (Nutrition), 備考 (Remarks). Rows include items like トライカレー, ミートスパゲッティ, ビビンバ, etc.

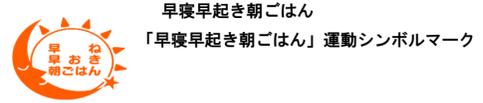
Table with 13 columns: 月 (Month), エネルギー (kcal), たんぱく質 (%), 脂質 (%), 食塩相当量 (g), カルシウム (mg), マグネシウム (mg), 鉄 (mg), ビタミンA (ugRAE), ビタミンB1 (mg), ビタミンB2 (mg), ビタミンC (mg), 食物繊維 (g). Rows for 平均値 (Average) and 基準値 (Standard).

9月献立表

Table with 7 columns: 実施日 (Date), 献立名 (Menu Name), 赤の食品 (Red Food), 黄色の食品 (Yellow Food), 緑の食品 (Green Food), 栄養量 (Nutrition), 備考 (Remarks). Rows include items like ねぎキムチチャーハン, チリビーンズライス, ごはん, etc.

Table with 13 columns: 月 (Month), エネルギー (kcal), たんぱく質 (%), 脂質 (%), 食塩相当量 (g), カルシウム (mg), マグネシウム (mg), 鉄 (mg), ビタミンA (ugRAE), ビタミンB1 (mg), ビタミンB2 (mg), ビタミンC (mg), 食物繊維 (g). Rows for 平均値 (Average) and 基準値 (Standard).

*天候など、食材料の購入が難しい場合、献立を変更する場合があります。
*お米は、青森県産「まっしぐら」です。



早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク