

献立予定表



Main table with columns: 日曜, 献立名, フスオプリークン, あか (血や肉や骨になる), みどり (体の調子を整える), きいろ (熱や力になる), 調味料 その他, 家庭で食べてほしい食品, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g). Rows include themes like 'こどもの日献立', '世界食べ物紀行~オーストラリア~', '朝日中学校リクエスト献立', etc.

※材料の都合により、献立内容が変更になる場合もあります。

※7日のオレンジジュースは、備蓄のものを使用します。

★ソース ◎しょうゆ ※業者配達

Summary table with columns: 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 (μg), 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). Rows: 平均, 基準値.

☆☆小中学生のみなさんが考案してくれた献立を取り入れます!☆☆
今月は……23日(金) さばのトマトにこみ (あさひ小学校4年生 田口大輝さん考案)
30日(金) 夏やさいいため (あさひ小学校4年生 山縣莉央奈さん考案)