



Main table with columns: 日曜, 献立名, (黄)おもにエネルギーのもとになる食品, (赤)おもに体をつくるもとになる食品, (緑)おもに体の調子を整えるもとになる食品, エネルギー kcal, たん白質 g. Rows include items like うどん, サワラのさいきょうやき, オムレツデミグラスソース, etc.

※ 材料入荷の都合により献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

※ 献立表は食物アレルギー用の資料ではありません。献立についての質問がありましたら、中央小 栄養士(Tel.2995-5631)までご連絡ください。

※ この紙が不要になりましたら、「雑がみ」としてお出しください。「雑がみ」は貴重な資源です。

Summary table: 月平均 552 kcal, 24.0 g

Illustrated section with 8 panels. Panels include: 春の七草 (Spring Seven Herbs), 鏡開き (Kagami-biraki), and various food preparation scenes with text explaining the ingredients and traditions.