



Main menu table with columns for date, name, ingredients, energy, and nutrients. Includes various dishes like 'キラリもちむぎいりごはん' and 'さつまいもパン'.

\*誤えん・ちつ息事故防止のため、特に注意が必要な料理・食材に\_\_\_を引いています。

基準栄養量

Table of standard nutrition values: エネルギー 650kcal, たんぱく質 21~32g, 脂質 14~21g, カルシウム 350mg, 食塩相当 2.0g

\*材料の都合により 献立を変更することがあります。

Table of actual nutrition values for the menu: エネルギー 635kcal, たんぱく質 26.9g, 脂質 21.4g, カルシウム 415mg, 食塩相当量 2.2g

よくかんで食べるようにしましょう。

\*栄養だしは、県内産いわし、かつおを燻して粉末にした「天然のだし」です。

\*おしゃべりみそは、市内で無農薬で作られた大豆から作る「手作りみそ」です。

\*米は、市内産を使用します。

\*ごはんは黄色い米が混じることがあります。これは炊飯時にビタミンを強化した米を混ぜている為です。

