

Main menu table with columns: 日・曜 (Day/Week), こんだて名 (Menu Name), 血や肉になるもの (Blood/Meat), 熱や力になるもの (Heat/Strength), 体の調子をととのえるもの (Body Balance), エネルギー (Energy), 調味料 (Seasonings), and 調理法 (Cooking Method). Rows include items like ごはん, コッパパン, フレンチサラダ, etc.

- 加工品の原材料についても記載されています。
点検のカッコの中に書かれているのが加工品の原材料です。
牛乳は毎日つきます。
食材の横に () 書きたでアレルギー表示を行っています。

【高崎給食センターの取組】
★ ベジ活の日
1日にとりたい野菜の量は350gです。しかし、宮崎県は野菜を食べる量が不足しています。
そこで、130g以上の野菜をたっぷり使った献立の日を「ベジ活の日」として紹介します。
★ ひむか地産地消の日
毎月16日を「ひむか地産地消の日」として、この日に宮崎県産の食材を使用した献立を紹介します。
今月は16日が無いため他の日の地産地消を紹介します。

17日：みやざきけんさん「参上！」

調味料 (Seasonings) section containing various boxes for ingredients like 薄口(しょうゆ), 酒, アルコール, 白みそ, 赤ワイン, etc.