

Main table with columns: 日・曜, こんだて名, 血や肉になるもの(赤), 熱や力になるもの(黄), 体の調子をととのえるもの(緑), 調味料 その他, エネルギー(小), エネルギー(中). Rows include meals like ごはん, ミルクパン, けんりょうわかめごはん, etc.

調味料 (Seasonings) table listing ingredients for various dishes like うすろ(しょうゆ), みりん, みそ, ガラスープ, 白ワイン, etc.

◎牛乳は毎日つきます。 ◎点線のカッコ内に書かれているものが加工品の原材料です。 ◎食材の横に()書きでアレルギー表示を行っています。 ☆ベジ活の日・・・1日にとりたいた野菜の量は350gです。130g以上の野菜を使った献立の日を「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、宮崎県産の食材を紹介します。今月15日に使用する宮崎県産の食材は、「にんじん、キャベツ、きゅうり」です。

※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更する場合があります。その際は事前にお知らせします。