

献立表

Table with columns: 日付 (Date), 献立 (Menu), 3時おやつ (3pm Snack), エネルギーたんぱく質脂質塩分 (Energy, Protein, Fat, Salt), 材 料 名 (Ingredients), and 体 調 を 整 え る も の (Ingredients for health). Includes a '海の日 (休園)' section.

*マヨネーズは卵なしを使用しています。