



7月の献立表



Table with 10 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Rows include items like 御飯, フルーツ, じゃがいも, 米, しょうゆ, etc.

Table with 10 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Rows include items like 御飯, フルーツ, 米, じゃがいも, 米, しょうゆ, etc.

夏バテに気をつけて 夏を乗り越えましょう. 野菜に触れて 関心と意欲をアツク. Includes text about summer heat and vegetables, and a note about menu changes.