

Table with 6 columns: 日曜, 昼食, おやつ, 赤:血や肉になる, 黄:熱や力となる, 緑:調子をととのえる. Rows include meals like 非常食 えんぴつソーセージ, ごはん かくれんぼバーグ, ひじき御飯, サツマ芋御飯, ごはん 豚肉のバーベキューソース焼き, ごはん 厚揚げのコロコロカレー炒め, 誕生会, チャーハン, じゃがねこ丼, えんぴつソーセージ, ごはん 親子煮, ごはん 焼き肉, ごはん 鱈フライ, 月見うどん, ごはん 鶏肉のパン粉焼き.

Table with 6 columns: 日曜, 昼食, おやつ, 赤:血や肉になる, 黄:熱や力となる, 緑:調子をととのえる. Rows include meals like ツナと昆布の炊き込みご飯, チーズ 豚汁, ごはん 春巻き, ごはん 鶏のケチャップ煮, ホットドッグ, チキンサラダ, 炊き込み御飯, 栗御飯, ごはん レバーかりんとう, チキンカレー, 三色丼, ひじき煮, ごはん 五目炒り豆腐.

Table with 11 columns: 区分, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂肪 (g), カルシウム (mg), 鉄 (mg), ビタミンA (レチノール当量: RE) (μg), ビタミンB1 (mg), ビタミンB2 (mg), ビタミンC (mg), 食物繊維 (g), 食塩相当量 (g). Includes rows for monthly average intake and nutrient ratios.

※1 昼食及びおやつで食事摂取基準量の50%を給与する(昼食:1日全体の概ね1/3 おやつ:1日全体の10~20%)

※2 質(n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸)にも配慮する