



Main table with columns: 日 (Date), 献立 (Menu), 体の中でのおもなはたらき (Functions: 1群 タンパク質, 2群 無機質, 3群 緑黄色野菜, 4群 ビタミンC・その他, 5群 炭水化物, 6群 脂質), その他調味料 (Seasonings), エネルギー (Kcal), 食塩相当量 (g). Rows include various meals like 1火, 2水, 3木, 4金, 7月, 8火, 9水, 10木, 11金, 15火, 16水, 17木, 18金, 21月, 22火, 23水, 24木, 25金, 28月, 29火, 30水, 31木.

※牛久南中で使っている「かまぼこ類」は、アレルギー面を配慮し、かに・えび・卵を含んでいないものを使用しています。また、「ハム・ベーコン・ドレッシング類」は卵を含んでいないものを使用しています。(使用する食材は学校ごとに異なります。)