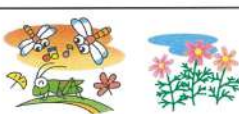


月曜日



表示の説明

表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal
表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal

16日

敬老の日



17日

十五夜献立・セルフおにぎり

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

23日

秋分の日

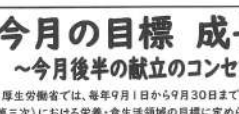


30日

やまのり汁

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

火曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

17日

一日早い食育の日献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

24日

旬の果物ジャム

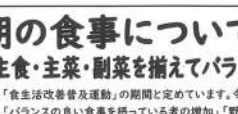
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

31日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

水曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

18日

一日早い食育の日献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

25日

お彼岸献立

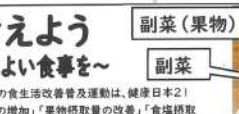
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

32日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

木曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

19日

シェフ給食

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

26日

沖縄料理

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

33日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

金曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

20日

新人戦応援献立・認知症予防料理

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

27日

トマトクリームスープ

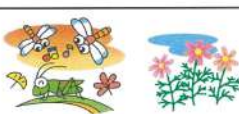
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

34日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

月曜日



表示の説明

表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal
表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal

16日

敬老の日



17日

十五夜献立・セルフおにぎり

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

23日

秋分の日

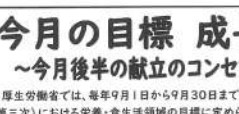


30日

やまのり汁

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

火曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

17日

一日早い食育の日献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

24日

旬の果物ジャム

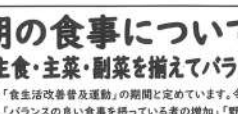
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

31日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

水曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

18日

一日早い食育の日献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

25日

お彼岸献立

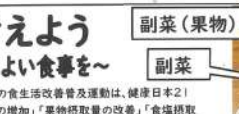
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

32日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

木曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

19日

シェフ給食

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

26日

沖縄料理

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

33日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

金曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

20日

新人戦応援献立・認知症予防料理

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

27日

トマトクリームスープ

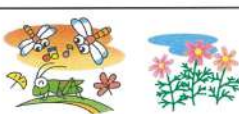
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

34日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

月曜日



表示の説明

表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal
表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal

16日

敬老の日



17日

十五夜献立・セルフおにぎり

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

23日

秋分の日

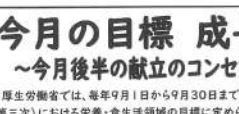


30日

やまのり汁

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

火曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

17日

一日早い食育の日献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

24日

旬の果物ジャム

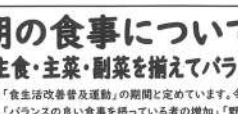
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

31日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

水曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

18日

一日早い食育の日献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

25日

お彼岸献立

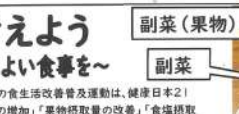
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

32日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

木曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

19日

シェフ給食

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

26日

沖縄料理

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

33日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

金曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を揃えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められている、「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を重点的に展開します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「継続リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をしっかりと食べられるよう一汁二菜献立」を増やしていきたいと考えています。

＜お知らせ＞

※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※家庭で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

20日

新人戦応援献立・認知症予防料理

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

27日

トマトクリームスープ

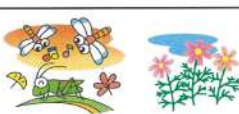
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

34日

お彼岸献立

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

月曜日



表示の説明

表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal
表示の数字	100kcal	100kcal	100kcal	100kcal

16日

敬老の日



17日

十五夜献立・セルフおにぎり

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

23日

秋分の日

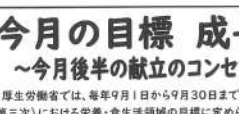


30日

やまのり汁

鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり
鶏ひき肉	牛乳	たまご	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり	しょうが	きゅうり

火曜日



今月の目標 成長期の食事について考えよう

～今月後半の献立のコンセプト 主食・主菜・