

○ 揚げ物に使用する油には、アレルギー物質が含まれている場合があります

○ 牛乳は毎日あります

○ しらす干し、いりこ、あさり、わかめなどの海産物は、「えび」「かに」「いか」が生息している海域で採集しています

Table with 11 columns (Date: 2019/11/1 to 2019/11/15) and 11 rows (Meal: 金, 火, 水, 木, 金, 月, 火, 水, 木, 金). Each cell contains a list of ingredients and their quantities. Summary row at the bottom shows energy (820-850 kcal) and nutrients (protein, fat).

Table with 11 columns (Date: 2019/11/18 to 2019/11/29) and 11 rows (Meal: 月, 火, 水, 木, 金, 月, 火, 水, 木, 金). Each cell contains a list of ingredients and their quantities. Summary row at the bottom shows energy (801-885 kcal) and nutrients (protein, fat).