



◎食材料は、料別別に分けて記載しています。 ◎食材料は、価格などの都合により変更する場合があります。 ◎見やすい場所にはって御活用ください。

Table with columns for date (日にち), day of week (ようび), menu item (こんだてめい), ingredients (おもなはたらきとざいりょうめい), and nutrition (えいようか). Rows list meals from 3rd to 19th July.

☆☆☆ 7月7日は七夕です ☆☆☆

七夕は季節の節目となる五節句のひとつで、中国から伝わった「織姫と彦星」の伝説がもとになって、現代のようなお祭りが行われるようになりました。



栄養価平均 622 24.2 15.6%

栄養価基準 650 エネルギーの13~20%

☆は加工食品です。