

献立表

Table with columns: 日付, 献立, エネルギーたんぱく質脂質/塩分(1人当り), 材料名, 10時おやつ, 3時おやつ, 行事. Rows include dates from 01 to 28, with alternating '日替わりお弁当' days.

* 午前のおやつは、3歳未満児のみです。
* 予定献立は、都合により変更することがあります。

保存食として古くから親しまれている「乾物」。
ちょっと古くさい？と思われがちですが、乾物は和風だけでなく洋風にも中華風の味付けにも合う万能食材です。
常温で長持ちするので、ストックしておけば非常時だけでなく、毎日のごはんの強い味方に！
乾物の知識を増やして活用しましょう。

