



もうすぐ夏本番です！

ジメジメとした梅雨が終わり、とうとう夏到来です。

気温も高く、陽射しも強くなりその暑さによって食欲が落ちやすい時期です。

疲労回復効果のあるビタミンB1や、体の免疫力を高め紫外線から守ってくれるビタミンCなどの

栄養素を含む夏野菜などを積極的に食べて、元気に過ごしましょう。

株式会社 万福



★ 7月 … 旬の食べ物 ★

枝豆 オクラ

きゅうり きくらげ

トマト なす もも

好き嫌いなく食べて、元気な体を作りましょう！

1日(金)

弁当の日



Table with 7 columns representing days of the week (4日(月) to 15日(金)) and 2 rows of menu items. Each cell contains a list of dishes and their ingredients, along with nutritional information (Energy, Protein, Fat, Carbohydrates, Salt). Includes illustrations of a whale and children playing in a pool.

※魚に関しましては、噛みくだけの程度の小骨が入っている場合もございますので、ご注意ください。尚、上記献立表は季節により、一部変更することがありますので、ご了承下さい。