

Table with columns: 日曜 (Day/Week), 牛乳 (Milk), 献立名 (Menu Name), 主な材料とその働き (Main Ingredients and Their Effects), エネルギー (Energy), たんぱく質 (Protein), 献立メモ (Menu Notes). Includes a callout box for '★にんじんをさがしてみよう!' and a '給食回数 20回' summary row.

給食の実施日は学校によって異なります。★：片付けの時にビニール袋を使う料理です。牛乳欄の「コ」はコーヒーマルクです。《問い合わせ先》 福生市学校給食センター (電話) 042-551-8351