



献立表



Main menu table with columns for date, day, meal name, 3pm snack, and ingredients categorized by heat, blood, and body balance.

Second menu table with columns for date, day, meal name, 3pm snack, and ingredients, including a nutrition summary table at the bottom.

給食で使用しているお米もようやく新米になり、空気も徐々にひんやりとしてきました。陽の落ちる時間も早くなり冬に向かっていく様子が伺えます。温かいものを食べて胃腸から積極的に身体を温めていきたいですね。

