



栄養たっぷりのココア

ココアは「5大栄養素(タンパク質・脂質・糖質・ビタミン・ミネラル)」と、さらに「食物繊維」を含む完全栄養食品です。ココアにミルクを混ぜて飲むと、ミルクが含む「カルシウム」が骨粗しょう症の予防を、ココアが含む「鉄分と食物繊維」が貧血・便秘の予防をしてくれます。牛乳嫌いの子どもでも飲みやすくなるでしょう。

Table with 7 columns (Month, Day, Meal 1, Meal 2, Meal 3, Meal 4, Meal 5) and 4 rows of meal plans. Includes special days like '振替休日' and 'お弁当会'.



※材料、その他の都合により、献立を変更することがあります。