

7月16日

木

玄米ごはん●
アシドミルク
カレーライス
コーンとかぼちゃのマヨ焼き

食品名

色

黄

黄

赤

赤

黄

緑

緑

黄

赤

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

黄

<