

Main table with columns for month, day, meal type (breakfast, lunch, dinner), and food items. Includes a large illustration of children playing in a field.

■こどもの日・端午の節句
あちらこちらでこいのぼりが元気に泳いでいますね。
■5月の旬の食材
あじ、かつお、さわか、しらす、アスパラガス、かぶ、きゃべつ、グリーンピース、さやえんどう、じゃがいも、そらめい、レタス、キウイ、グレープフルーツ、なつめい、さくらんぼ

