

Main table with columns for date (2023年1月), meal type (e.g., 朝食, 昼食), and food items (e.g., 豆腐のすりながし, ミルク). Includes a large '成人の日' (Adult's Day) section in the middle.

冬野菜を食べよう (Eat Winter Vegetables) section. Includes text about health benefits, a list of vegetables (大根, ねぎ, 青菜), and an illustration of a girl with vegetables.

※アレルギーは必ずお読みください。アレルギー対応の食材は必ずご確認ください。アレルギー対応の食材は必ずご確認ください。