

【今月の平均給与栄養量 3-5歳】 エネルギー：509kcal、タンパク質：20.4g、脂質：14.4g

Table with columns for Day (日曜), Meal (昼食/軽食), and Ingredients (あか/きいろ/みどり/調味料類). It lists daily menus from June 1st to June 30th, including items like ごはん, 鶏もも肉, 米, and 野菜.