

※食材料等の都合により、献立を変更することがあります。 牛久市立おくの義務教育学校（南校舎）

Table with columns: 日 (Date), 献立名 (Menu Name), 献立内容 (Menu Details), 主な材料名 (Main Ingredients), エネルギー (Energy), 塩分量 (Salt Content). The table lists daily menus from November 1st to 30th, including items like 塩ラーメン, 焼き餃子, ごはん, 焼肉, etc., and their corresponding ingredients and nutritional values.