



ごはん

味噌汁(白菜・ふのり)

豆腐ハンバーグ

ブロッコリーの中華和え

すいか



ごはん

味噌汁(じゃが芋・玉葱)

かれいの照り焼き

切り干し大根の炒め煮

バナナ