



**ごはん**

**味噌汁(もやし・玉葱)**

**カミナリ豆腐**

**ほうれん草えのき和え**

**パイナップル**



**ジャムサンド**

**スープ(長葱・麩)**

**ハンバーグ**

**キャベツとしらすのサラダ**

**バナナ**

**ごはん**

**味噌汁(生揚げ・大根)**

**鮭フライ**

**切り干し大根のナムル**

**りんご**