



**ごはん**

**味噌汁(キャベツ・麩)**

**かれのいのソース焼き**

**ふきの炒め煮**

**パイナップル**



**ごはん**

**味噌汁(白菜・ふのい)**

**鶏肉の生姜焼き**

**もやしのごま和え**

**グレープフルーツ**