



人参ごはん

味噌汁(もやし・ふのり)

ほっけの竜田揚げ

胡瓜とトマトの中華和え

オレンジ



トースト

スープ(玉葱・えのき)

豚肉とじゃが芋のケチャップ煮

小松菜のごま和え

バナナ