



ふいかけごはん

すまし汁(はんぺん・貝割れ大根)

納豆かき揚げ

ほうれん草サラダ

パイナップル



ごはん

味噌汁(キャベツ・油揚げ)

かれいの照り焼き

もやしのごま和え

スイカ