

①

スパゲティ デミソース ハンバーグ ブロッコリー	肉野菜炒め 豚肉・玉ねぎ・インゲン・ 人参・キクラゲ・キャベツ・ もやし	金平ごぼう
	白米（のりたま） 漬物	

②

焼きそば 鶏照り焼き ブロッコリー	チンジャオロース	ポテトサラダ
	白米（菜飯） 漬物	