

# 献立

日 カレー

月 カレーうどん、カボチャ煮

火 回鍋肉、大根煮、アボカドサラダ

水 鮭、煮物、ほうれん草胡麻和え

木 チキンソテー、サラダ

金 マーボー豆腐、肉団子、サラダ

土 ハンバーグ、カボチャサラダ