

◆献立一例◆



＜夕食例＞

鯖の塩焼き

千切り大根の煮物

いんげんの胡麻和え

デザート・汁碗

＜昼食例＞

たぬきそば

じゃこご飯

かぼちゃの煮物

白菜の浅漬け



＜夕食例＞

鶏の唐揚げ

春雨の酢の物

ひじきの煮物

デザート・汁碗

