



**ごはん**

**味噌汁(じゃがいも・わかめ)**

**チキンカツ**

**大根のナムル**

**パイナップル**



**ごはん**

**味噌汁(豆腐・にら)**

**鶏肉とじゃが芋の煮物**

**チンゲン菜のツナ和え**

**りんご**