



9月28日(月)

ごはん ゴーヤチャンプル カレースープ 牛乳

カレースープは、具たくさんで、冬瓜が柔らかく煮こんであり美味しかったです。ゴーヤチャンプルは、お肉たっぷりで、大きく切られた豆腐の存在感もあり・・・ゴーヤは苦みを抑えてあり、子どもたちにも食べやすく調理されていました。