



10月2日(金)

ごはん 手作りふりかけ 厚揚げのそぼろ煮 牛乳

ふりかけは、ひじき・しらす干し・大豆等を材料にして手作りされたものです。ごはんに、しっかりふりかけて、美味しくいただきました。厚揚げのそぼろ煮は、糸島産の厚揚げ・こんにゃくを糸島産の醤油でやさしく味付けされていました。