

10月21日(木)



ヨーグルト 牛乳  
チンゲンサイのおかか炒め  
ごはん 肉じゃが

肌寒くなりました。こんな日の肉じゃがは、体が温まります。ホクホクのじゃがいもとたっぷりの玉ねぎ・お肉が、ごはんのおかずにはピッタリ。美味しくいただきました。

おかか炒めは、チンゲンサイともやしの食感が良く、しっかりおかかが絡んでいました。

ヨーグルトも美味しかったです。