

4/24 (火) おはようございます、しゃかりきです。
いつもありがとうございます。

今日のナチュラルは「ふりかけご飯」です。



- ① トンカツ
- ② ナスフライ
- ③ 竹の子の酢味噌和え
- ④ ポテサラ

698kcal 野菜95g^ラ 15品目

今日のベジフルは「茶飯ごはん」です。

- ① やわらかい鶏天
- ② 白身の揚げ焼き
- ③ 打ち豆ひじき
- ④ 甘い玉子焼き



582kcal 野菜31g^ラ 17品目

ご注文お待ちしております！！