

令和6年 10月 22日（火）【中村地域】血液を作る「鉄分」献立

ごはん、さばの竜田揚げ、ほうれん草の磯香あえ、とりじゃがトマト、オレンジ、牛乳



令和6年 10月 22日（火）【西土佐地域】

ごはん、ふかふかフライ、キャベツのごま醤油和え、えのきと小松菜のみそ汁、牛乳

