

令和7年9月3日(水)【中村地域】朝ご飯献立

カボチャマヨチーズのせトースト、オムレツ、さっぱりスープ、オレンジ、牛乳



令和7年9月3日(水)【西土佐地域】クエン酸の日

ごはん、レモンでさっぱり！ミネラルとゴーヤの夏野菜炒め、春雨サラダ、グレープゼリー、牛乳

