

令和7年10月21日(火)【中村地域】

ご飯、シイラの黄金揚げ、わかめと胡瓜の酢の物、豚肉と大根の味噌煮、牛乳



令和7年10月21日(火)【西土佐地域】

ごはん、きびなごのゆずソースからめ、こんにゃくサラダ、卵スープ、牛乳

