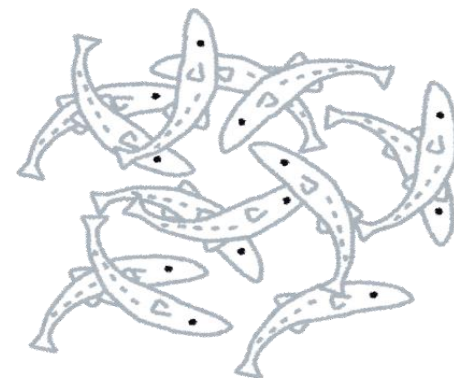


きょう
今日のサラダには、い炒ったじゃこがたくさん
はい入っています。ほねじゃこにはじょうぶ骨を丈夫にする
カルシウムがほうふ豊富にふく含まれています。

やさい
野菜もたくさん入っていて、はい成長期にせいちょうき必要
えいようそなほうふ栄養素も豊富なので、のこ残さずに
しっかりた食べてげんき元気なからだを
つくりましょう！





や 焼きおにぎりのスープ茶漬け、^{ちゃづ}鶏肉のから揚げ、^あじゃこサラダ