



【2020/8/17】

＊きょうのきゅうしょく＊



【感想】

おくらのネバネバが暑い日にはつるりとしていきます。鶏じゃがも脂身が少なく、さっぱりと食べる事ができますよ。じゃがいもがとけているところもまた、いいですね。(益子)

メニュー

- ・おくらのおかか和え
- ・油揚げのみそ汁
- ・鶏じゃが
- ・ごはん