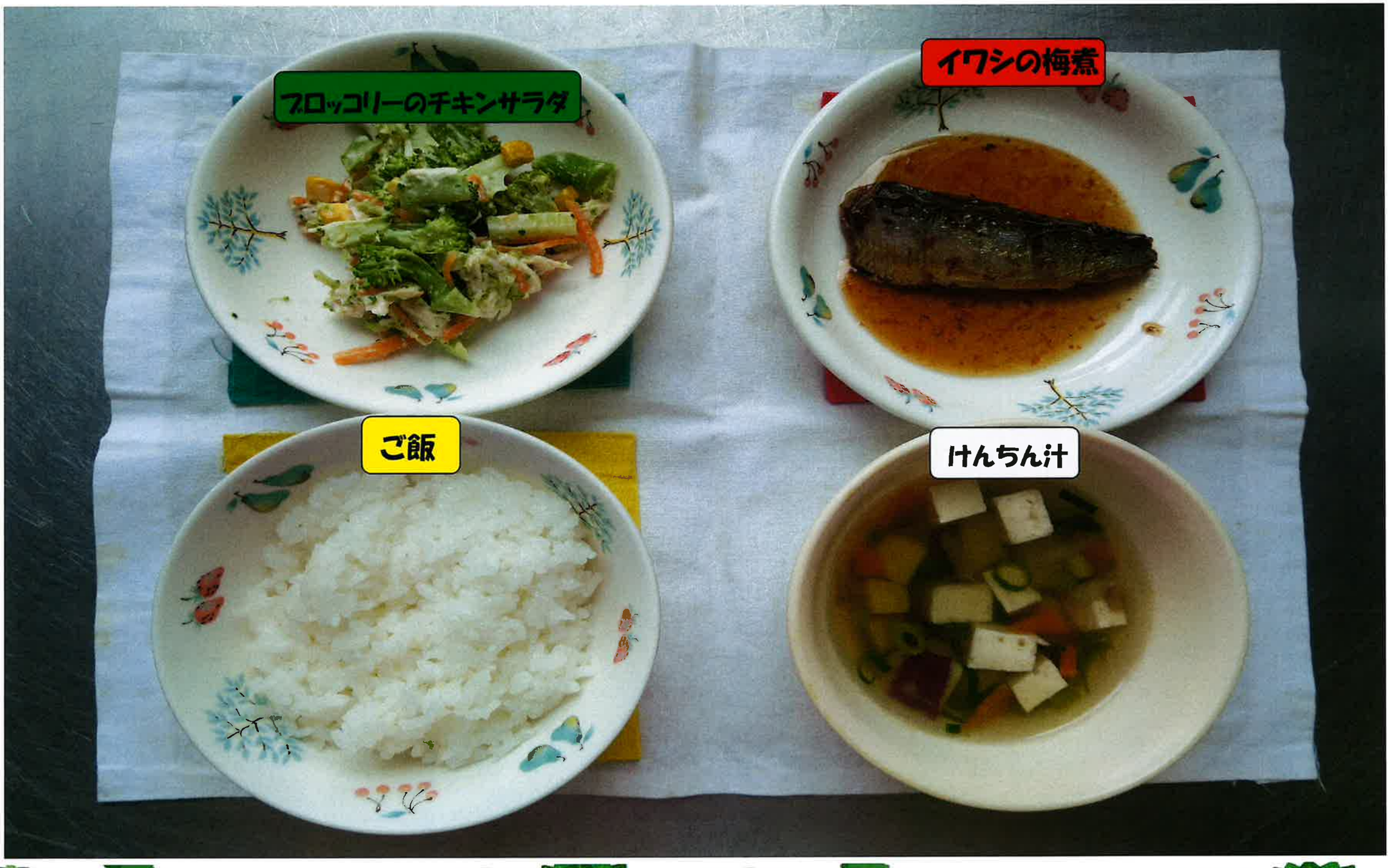
ブロッコリーのチキンサラダ
イワシの梅煮
ご飯
けんちん汁