

ランチメール^{3/27}

マールボー^{どん}どうふ井
さんしょくソテー
牛^{ぎゅう}乳^{にゅう}

ポイント



6年1系^{ねん}且^{くみ}のリクエスト^{リクエスト}こんだてず!
いつもよりスパイス^{スパイス}な^{あじ}味^{あじ}を感じる^{かん}。
マールボー^{どん}どうふ井^井!
とうふ^{とうふ}とお肉^{にく}でタンパク質^{たんぱくしつ}を十分^{じゅうぶん}にとり
色あざやかな^{さん}三色^{しよく}ソテーで
野菜^{やさい}をとりました。
バランス^{ばらんす}を意識^{いしき}してつくったので
みなさん おいしく食^たべてください!