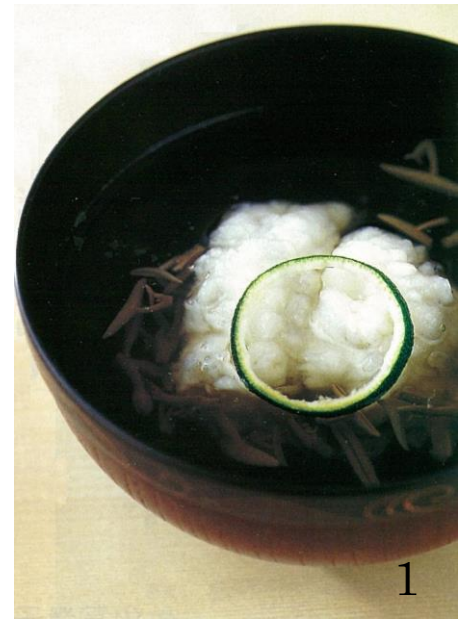




1. 美味しいおすまし
2. 抜群！鶏のから揚げ
3. 梅ジャム
4. ミニ食パン
5. にらのおひたし
6. 鯖のマリネ
7. 1時間でできるぬか床



1



2



3



4



5



6



7