

いっぴん
一品で 野菜がたっぷり!
ボリューム満点!

牛肉と野菜の
そぼろサラダ

サッと作れて簡単

育ち盛りの子どもも大満足

チキンとカブの
ミニマスタードサラダ

豚肉のしょうが
焼きサラダ

しろめし
『白飯サラダ』

定価:1,485円(本体価格+税10%) / 主婦と生活社