

# きょうのメニュー



11月13、27日(金)



白菜と挽肉うどん

根菜サラダ

ピーチラッシー



今日は白菜をたっぷり使った、白菜と挽肉うどんです！  
このメニューが登場すると“冬が近づいてきたな〜”と感じ  
ます。最近ますます寒くなってきたので「ふ〜、ふ〜」しな  
がら食べるあったかいものを食べて体を温めましょう!(^^)!

エネルギー 380 Kcal タンパク質 13.5 g  
脂質 16.9 g 塩分 1.7 g