

きょうのメニュー



11月26日(木)



ひじきふりかけ



生姜焼き サラダ菜

小松菜の中華和え



みそ汁(なめこ・わかめ)



今日は和食メニューでした！手作りのひじきふりかけは、甘めに味つけし、食べやすくしています！歯や骨の材料になったり、体の調子を整えるミネラルが豊富です。
和食メニューの日は、子ども達も食べ慣れているため、食べ進みがとてもよくなります。食べ慣れた食事は、“安心して食べる”ことが出来るので、とても大切です(*^_^*)

エネルギー 360 Kcal タンパク質 16.0 g
脂質 6.7 g 塩分 1.7 g