

まよのメニュー



12月8.22日 (火)



牛乳



ツナと人参のフランスパン

小松菜とベーコンのソテー

豆乳クリームシチュー



今日はメニュー変更がありました。使用するパンをフランスパンから食パンに変更し、人参とツナのサンドイッチを提供しました。

冬になると食べたくなるシチュー！今日は豆乳を使って作りました。調整豆乳を使い、食べやすくしています。冬野菜の人参、白菜を沢山入れました！(^o^)

エネルギー 473 Kcal タンパク質 18.0 g
脂質 25.5 g 塩分 1.6 g