

# きょうのメニュー



1月14、28日(木)



たらこふりかけ  
さわらの煮つけ  
和風コールスロー  
みそ汁

**NEW**



かぶとおし組リクエストメニューはおやつのポップコーンです！

**NEW**

今日は新メニューの和風コールスローサラダです。ひじき、人参、きゅうり、コーン、キャベツ、マヨネーズ、すりごまが入っています。



エネルギー 467 Kcal    タンパク質 19.2 g  
脂質 13.7 g                    塩分 2.0 g