

# まよのメニュー



1月15日(金)



さつまいもコロッケ  
サラダ菜



小松菜のおかか和え  
みそ汁



かぶとおし組リクエストメニュー、さつまいもコロッケです！



→さつまいもの葉っぱは写真のようなハートの形をしています。  
みつばち、とんぼ、かぶとさんは思い出してみよう♪

エネルギー 395 Kcal    タンパク質 12.4 g  
脂質 5.8 g                    塩分 1.9 g