

まよのメニュー



1月29日(金)



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、コロッケです！

→じゃがいもはさつまいもや大根と同じように根っこを食べる仲間のように見えますが、実はアスパラガスやセロリと同じ仲間です。茎を食べています。



エネルギー 407 Kcal タンパク質 13.6 g
脂質 9.1 g 塩分 1.9 g