

きょうのメニュー



3月25日(木)



**キーマカレー
根菜サラダ**



**0歳りんごジュース
1歳～野菜ジュース**



【根菜サラダの作り方】ゴボウ・人参・きゅうり・ハムを千切りにして、ゴボウ・人参はしっかり茹でます。マヨネーズと醤油、すりごまで味をつけて完成。千切りにするのは大変ですが、食感が楽しめて、とてもおいしいです。すりごまと醤油を加えるのがポイントです♪

**エネルギー 423 Kcal タンパク質 9.7 g
脂質 15.5 g 塩分 1.9 g**