

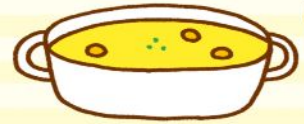
まよのメニュー



4月14.28日(水)



ごまご飯



チンジャオロース

かぶとハムのフレンチサラダ



みそ汁(舞茸・豆腐)



今日は彩り豊かな献立になりました！黄色・赤・緑・白・茶色…と、食べ物の色には美味しさを表現したり、食欲を増す効果があります。献立を考える時に、なるべく色々な色が入るようにしています！

エネルギー 484 Kcal タンパク質 18.2 g
脂質 19.2 g 塩分 2.8 g