

きょうのメニュー



9月9.30日(木)



豚葱大麦麺



じゃがいもの塩昆布マヨ和え

ラッシー



子どもたちにとって、とても大切な栄養素の1つに炭水化物があります。体や頭を動かすエネルギー源となる栄養素です。保育園では、麺メニューの時にじゃが芋やさつまいもなどの“芋類”を副菜にする事が多いです。腹持ちが良く、エネルギー量も増えるからです。(^^)保育園の大麦麺メニューの中でも人気の豚葱大麦麺！そばつゆとは別に、甘辛に味付けした豚葱

エネルギー 547 Kcal タンパク質 17.3 g
脂質 23.5 g 塩分 2.9 g