

きょうのメニュー



12月21日 (火)



かぶとむし組リクエストメニュー



しょうゆラーメン

ひじきサラダ



メニュー変更

マンゴーラッシー



※メニュー：ラッシーの種類を変更しました。
今日はかぶとさんのリクエストメニュー しょうゆラーメンで
した☆！リクエストしてくれてありがとう！
副菜のひじきサラダは、ひじきの煮物を作って、きゅうりやハ
ムとマヨネーズを合わせて作るサラダです。ひじきの煮物がベ
ースなので甘めの味付けでとても食べやすいです。

エネルギー 440 Kcal タンパク質 16.5 g
脂質 18.0 g 塩分 2.8 g