

きょうのメニュー



1月7、21日（金）



ごまご飯



さわらの西京焼き

フロッコリーとコーンのサラダ



きりたんぽ汁



きりたんぽ汁は、鶏ガラでじっくりだしを取って、大根・人参・鶏肉・舞茸・長ねぎ・きりたんぽを入れ、煮込んで作りました。今日は副菜にフロッコリーと人参を使い、冬野菜がたっぷり入った献立になりました☆

エネルギー 590 Kcal タンパク質 27.0 g
脂質 18.0 g 塩分 1.9 g