

# きょうのメニュー



2月2,16日(水)



あんかけ大麦麺



かぶのナムル ラッシー



大麦麺はお蕎麦に似ている麺ですが、大麦で作られています。つるっとのど越しが良く、食べやすいため人気です。夏の暑い時期や食欲が落ちた時にもおすすめです。今日は、野菜やお肉がたっぷり入ったあんかけをかけて提供しました。体が温まり、寒い時期にピッタリなメニューです☆

エネルギー 495 Kcal    タンパク質 19.5 g  
脂質 10.5 g                      塩分 2.9 g