

まよのメニュー



4月15日(金)

ごまご飯

豆腐しゅうまい

サラダ菜 ミニトマト

けんちん汁



今日の主菜は豆腐シューマイです！木綿豆腐がたっぷり入ってふわふわな食感です♡

具材は、春キャベツ・長ねぎ・椎茸・生姜・豚挽肉・木綿豆腐が入っています。お肉だけのシューマイももちろん美味しいですが、豆腐が入ることで優しい味付けになります。

エネルギー 438 Kcal タンパク質 14.0 g
脂質 9.3 g 塩分 0.9 g