

まよのメニュー



6月2日(木)



牛乳 レーズンパン
人参フレンチサラダ
ビーフシチュー



★人参フレンチサラダの作り方★加熱した人参をすりおろし、油・砂糖・酢・塩と合わせてドレッシングを作りました。人参の甘みのおかげで食べやすくなっています。野菜が苦手なとんぼ組のお友達「これ美味しい！」と言って食べていました！

エネルギー 420 Kcal タンパク質 14.5 g
脂質 16.0 g 塩分 2.4 g