

きょうのメニュー



6月7.21日(火)



ミートソーススパゲッティ



トマトと海藻サラダ

ラッシー



子ども達が大好きなミートソーススパゲッティ！トマトがたっぷり、優しい味付けでとっても好評です(*^_^*)

副菜は海藻サラダをつけました。食卓に取り入れにくい海藻ですが、お腹の掃除をする食物繊維や髪や体の細胞を元気にするミネラルが豊富です。

エネルギー 495 Kcal タンパク質 21.0 g
脂質 13.0 g 塩分 2.7 g