

# まよのメニュー



7月21日(木)



なすと豚肉の大麦麺



えのきときゅうりの梅ごま和え

ラッシー



夏に旬を迎える茄子をたっぷり入れた大麦麺♪お肉と一緒になのでナスが苦手なお友達でも食べやすくなっています。今日は、保育園で育てたナスも沢山入っています。朝、かぶとさんが届けに来てくれました☆！

エネルギー 492 Kcal    タンパク質 21.3 g  
脂質 17.0 g                    塩分 2.8 g