

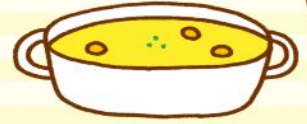
# まよのメニュー



8月22日(月)



ごまご飯



千ジャオロース

厚揚げのコーン餡かけ



すまし汁



今日は新メニューの厚揚げのコーンあんかけを作りました。  
あんかけは、削り節でだしを取ってコーン・しょうゆ・みりん  
で味付けをし、とろみをつけました。給食ではあまり登場しな  
い厚揚げ。あんかけと一緒に食べやすくなりました(\*^\_^\*)

エネルギー 458 Kcal    タンパク質 13.4 g  
脂質 15.0 g                      塩分 2.1 g