

きょうのメニュー



8月1.15日(月)



ぶたきゃべつ大麦麺
ポテトサラダ



大麦麺は大麦が原材料のそばに似た麺です。つるっとしたのどごしで食べやすく、暑い日や食欲が落ちたときにもおすすめです。今日は豚肉ときゃべつの炒め物をたっぷりのせて提供しました。豚肉は疲れを回復させる働きビタミンB1が豊富で、夏に取り入れてほしい食材の一つです (*^_^*)

エネルギー	421	Kcal	タンパク質	12.8	g
脂質	18.0	g	塩分	2.8	g