

きょうのメニュー



9月8日(木)



マーボー茄子丼ぶり



海藻サラダ

すまし汁(長ねぎ・椎茸)



今日は秋茄子を使ったマーボー茄子丼ぶりでした(*^_^*)
とろっとして柔らかく、ご飯がもりもり進みました。保育園で育てている茄子も収穫出来たので加えました!

“麻婆”といっても保育園の味付けは優しい味付けです。茄子が苦手なお友達も、一口食べて「美味しい!」と食べられました。

エネルギー 380 Kcal タンパク質 14.0 g
脂質 9.0 g 塩分 1.8 g