

まよのメニュー



2月10日(金)

ハヤシライス

スティック野菜(大根・きゅうり)

夏みかんラッシー



保育園の夏みかんをジューサーで絞って夏みかんラッシーを作りました！そのままではとても酸っぱいので、少量の冷まし湯とお砂糖を加えて調味しています。

そのままのおき身の状態でパクパク食べるお友達も、ラッシーにするとびっくり！？「すっぱ〜い！けど美味しい！！」といいながら飲むお友達もいれば、顔がしかめっ面になるお友達もいました！また登場するので、もう少しみんなが飲みやすいように改善していきます☆

エネルギー 456 Kcal タンパク質 12.7 g
脂質 11.0 g 塩分 1.9 g