

まよのメニュー



2月9日 (木)



牛乳



ホットドッグ

さつまいもと南瓜のサラダ



オニオンスープ



今日はパンメニューっ！ホットドッグは食べやすいようにロールパンで作りました。中にはソテーしたキャベツが入っています。さつまいもと南瓜のサラダには、さつまいも・かぼちゃ・人参・胡瓜・ツナが入っています。一口で食べられる大きさに揃えることや、具材がつぶれすぎないように気をつけて調理しています!(^^)!さつまいもとかぼちゃは、あえて皮を着けたままにしたので、彩りもよく綺麗なサラダに仕上がりました。

エネルギー 544 Kcal タンパク質 16.0 g
脂質 28.3 g 塩分 2.9 g