

きょうのメニュー



2月7.21日 (火)



豚骨ラーメン
わかめの中華あえ
ラッシー



かぶとさんのリクエストメニューで豚骨ラーメンを作りました。リクエストしてくれてありがとう♪
鶏ガラでじっくり三時間ほどだしを取ってつくる保育園のラーメンは、みんなにとっても人気です。副菜は醤油ベースの味付けで海藻【わかめ・糸寒天】が入ったサラダを作りました。

エネルギー 405 Kcal タンパク質 24.3 g
脂質 10.4 g 塩分 1.7 g