

まよのメニュー



3月8.22日(水)



ごまご飯



豚きつね サラダ菜

小松菜の納豆和え



けんちん汁



今日の主菜は豚きつねです！“きつね”は油揚げのことで、具材は餃子と同じです。油揚げに餃子の具材を入れ、スチームコンベクションで焼き上げました。小麦粉の皮で作る餃子とはまた違って、じゅわっとジュシーで美味しいです♪
ボリューム満点なおかずです！

エネルギー 440 Kcal タンパク質 17.6 g
脂質 15.0 g 塩分 1.4 g