

まよのメニュー



3月7日(火)



ごまご飯



白滝のチャフチェ

きゃべつとじゃこの和え物



中華スープ



今日のおやつは
ひよコーンパンでした！



チャフチェとは、お隣の国 韓国で作られている豚肉や野菜の炒め物のことです。本場のチャフチェは春雨を使って作りますが、保育園では食べやすいようにしらたきを使っています。ご飯が良く進む味付けになっています♪

エネルギー 375 Kcal タンパク質 12.8 g
脂質 8.8 g 塩分 2.0 g