

まよのメニュー



3月9.23日(木)



海苔の佃煮ごはん



鮭のマヨコーン焼き

高野豆腐の煮物



みそ汁 (チンゲン菜・えのき岳)



子ども達が大好きなアンパンマンの高野豆腐を使用し、高野豆腐の煮物を作りました。食事が目の前に届いた途端「わぁ！」と嬉しそうなお友達(*^_^*)以前は苦手だったお友達も、一番先に食べていました！高野豆腐は水ではなく、お湯につけるとふわ〜っと柔らかくなり、食べやすいのでお勧めです。

エネルギー 510 Kcal タンパク質 22.6 g
脂質 19.0 g 塩分 1.5 g