

# きょうのメニュー



6月15.29日(木)



ごまご飯

チンジャオロース

スパゲッティサラダ

みそ汁(舞茸・玉ねぎ)



今日の主菜はチンジャオロースです！中華料理の一つで、漢字では【青椒肉絲】と書き、「青椒」はピーマン、「絲」は細切りのことで、ピーマンと肉の細切りを意味します。保育園では、緑・黄・赤のピーマンを使い、色鮮やかに仕上げています！

エネルギー 497Kcal    タンパク質 13.0g  
脂質 15.5g                      塩分 1.6g