

まよのメニュー



6月12日(月)



わかめごはん



松風焼き

はるさめサラダ



みそ汁(小松菜・しめじ)



お正月のおせち料理にもある松風焼き。表面にけしの実やゴマ・青のりなどをまぶし、裏面には何も塗っていないことから、「裏表のない正直な生き方が出来るように」という願いが込められています。味付けにみそを使うことがポイントで、ほんのり甘くてとても食べやすいので、給食にもよく登場します。子どもたちに人気のメニューの1つです。

エネルギー 440 Kcal タンパク質 19.2 g
脂質 10.2 g 塩分 3.3 g