

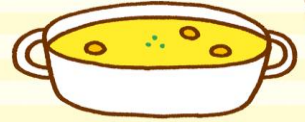
きょうのメニュー



8月4.18日(金)



ごまご飯



しらたきのチャフチェ

小松菜のナムル

豆腐とトマトのスープ



今日の主菜は、しらたきのチャフチェです。お隣の国 韓国で親しまれている料理で、本来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います！醤油・砂糖・オイスターソースなどで味付けし、甘辛く仕上げるのでごはんが良く進みます♪

エネルギー 345Kcal タンパク質 10.3g
脂質 8.2g 塩分 1.2g