

きょうのメニュー

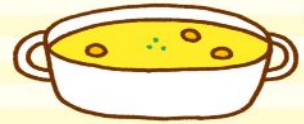


8月31日(木)

ビビンバ丼ぶり

ズッキーニのさっぱりあえ

みそ汁



今日の副菜【ズッキーニのさっぱりあえ】は、主任の先生から教えてもらったレシピを参考に作りました(*^_^*)ズッキーニは薄切りにすると食感が楽しく食べやすいです！塩もみしたズッキーニ（保育園では少し蒸しました）に、めんつゆ・おろし生姜・かつお節を合わせて完成です！さっぱりしてとても美味しいので、おすすめです🍴

エネルギー 432Kcal タンパク質 15.0g
脂質 13.3g 塩分 1.4g