

きょうのメニュー



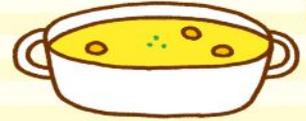
8月3日(木)

梅ごはん

カジキのコーンフレーク焼き

いんげんのごまマヨ和え

みそ汁



今月の新メニュー！【カジキのコーンフレーク焼き】は、カジキに醤油・マヨドレをくぐらせ、粗く砕いたコーンフレークをまぶしてオーブンで焼いて完成です！

カリカリ食感が美味しく、食べて楽しいお魚料理でした✧

エネルギー 517Kcal タンパク質 19.0g
脂質 17.8g 塩分 2.0g