

きょうのメニュー



9月8.22日(金)



サンマーメン
れんこんのタラマヨ和え
ラッシー



少しずつ気温が下がり、秋の気配を感じてきますね。今日の主食・主菜はサンマーメンです！野菜やお肉がたっぷり入っていますが、皆が大好きなラーメンの上に乗っているので良く食べました。

エネルギー 470Kcal タンパク質 19.3g
脂質 15.7g 塩分 2.6g