

まよのメニュー



11月25日(水)



カレーうどん
バンバンジー
パイナップル



今日は子ども達に大人気なカレーうどんを作りました。
カレーうどんの場合は、まず削り節で濃い目のだしを作り、醤油ベースであんかけ汁を作ります。カレールウでだしを伸ばして完成です。久しぶりの登場に子ども達も大喜び！てんとうさんからかぶとさんまでおかわりも良く食べました（＾＾）

エネルギー 480Kcal タンパク質 21.0g
脂質 10.1g 塩分 2.7g