

きょうのメニュー



11月13.27日(月)



牛乳 ツナサンド
ブロッコリーのソテー
かぼちゃ入りシチュー



急に寒くなってきましたね。今日は洋風メニューでした。保育園のシチューはルウから手作りで、ホワイトソースは牛乳ではなく、豆乳・豆乳マーガリン・小麦粉で作っています。まろやかな味わいです(*^_^*)今日は、かぼちゃをたっぷり入れてみました！ほっこり甘みが増して、とてもおいしかったです。

エネルギー 590Kcal タンパク質 23.0g
脂質 30.0g 塩分 1.8g