

# きょうのメニュー



11月14.28日(火)



豚肉と根菜のカレー



キャベツとじゃこのサラダ

ピーチラッシー



今月のカレーは、新しい具材の組み合わせで作ってみました！  
秋から冬にかけて美味しくなる根菜【れんこん・大根・人参・  
ごぼう】と豚肉を合わせて、じっくりコトコト煮込んで完成で  
す。特にゴボウの味が良く出て、滋味深い味わいでした。

エネルギー 540Kcal    タンパク質 17.5g  
脂質 15.4g                      塩分 2.8g