

まよのメニュー



12月4.18日(月)



わかめごはん



松風焼き

春雨サラダ



みそ汁(しめじ茸・チンゲン菜)



今日の主菜は松風焼きです！松風焼きは、おせち料理に登場する料理として知られていますが、和風ハンバーグのようでとても食べやすいので、保育園では日常によく登場します。表面をごまや芥子の実・青のりなどで飾り、裏面には何もつけない事から「裏がない＝正直に生きていきましょう」という願いが込められています。

エネルギー 450Kcal タンパク質 20.2g
脂質 10.1g 塩分 1.7g