

きょうのメニュー



1月12.26日(金)



揚げ麺の野菜あんかけ



わかめスープ

フルーツ(みかん)



久しぶりの登場！揚げ麺の野菜あんかけです。あんかけには、きゃべつ・椎茸・人参・たまねぎ・ぶたにくがいっぱい入っていて具沢山です(*^_^*)トロツとしたあんかけを食べると体がホカホカあったまります。寒い冬にぴったりのメニューです。

エネルギー 312Kcal タンパク質 10.6g
脂質 9.0g 塩分 2.3g