

# きょうのメニュー



1月17.31日(水)



牛乳 黒糖ロール



チキンのトマトソース

冬野菜ビーフシチュー



今日は洋風メニューです。ビーフシチューには、かぶ・フロッコリー・玉ねぎ・人参・舞茸・牛肉が入っています。とっても具沢山の食べ応えがあり、パンに付けて食べても美味しく好評でした。フロッコリーの緑色が映えるように、一緒に煮込まずにのせて提供しました。

エネルギー 508Kcal    タンパク質 24.2g  
脂質 22.8g                      塩分 2.8g