

まよのメニュー



3月8.22日(金)



梅ごはん



落とし揚げ サラダ菜

切り干し大根の煮物



けんちん汁



今日の主菜は、かぶとさんからリクエストをもらった「落とし揚げ」でした！落とし揚げは、豆腐・鶏挽肉・コーン・グリーンピース・れんこん・醤油・酒・生姜汁を合わせた生地を、スプーンでポトン、ポトンと油鍋へ落とすように揚げるので、【落とし揚げ】といいます。優しい味で子どもたちにも人気です。

エネルギー 434Kcal タンパク質 13.0g
脂質 13.3g 塩分 1.4g