

# 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**