

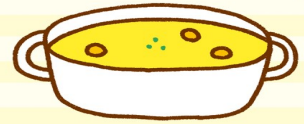
# まよのメニュー



4月30日(火)

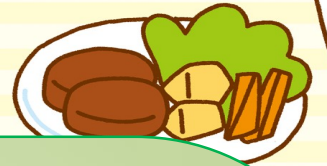


マーボー春雨どんぶり



わかめとツナのごまサラダ

味噌汁 (大根・舞茸)



マーボー春雨がたっぷり乗った、マーボー春雨丼ぶりを作りました(\*^-^\*) 具材は、豚挽き肉・人参・長ネギ・ピーマンです。すべて千切りにして食材の大きさを揃えて作ることで、食べやすくなります。ごはんがよく進む味付けで、どのクラスのお友達もよく食べていました。

エネルギー 421Kcal    タンパク質 12.8g  
脂質 8.4g                      塩分 2.5g