

まよのメニュー



5月13.27日(月)

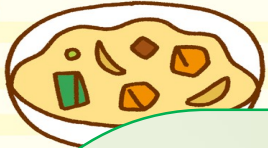


ごまご飯

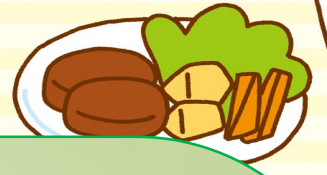


豚肉のしゃぶしゃぶ風

かぼちゃサラダ



味噌汁(豆腐・しめじ)



今日の主菜は、豚肉のしゃぶしゃぶ風です。お肉の下には、キャベツ・人参・もやし・チンゲン菜とお野菜がたっぷり乗っています。少し甘めで醤油ベースの手作りごまドレッシングをかけると食べやすくなり好評です。(*^_^*)

エネルギー 690Kcal タンパク質 27.0g
脂質 26.0g 塩分 2.5g