

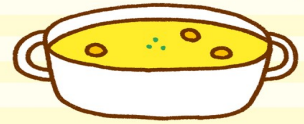
# まよのメニュー



6月14.28日(金)

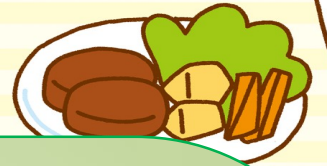


ドライカレー



スティック野菜 (みそマヨネーズ)

ラッシー



ドライカレーは、水を入れずに野菜の水分だけで仕上げていきます。玉ねぎ6kg、人参2.5kg、豚肉5kg、カットトマト缶2.5kgを使って、こつこつじっくり火にかけます。カレーの日は、噛むことを意識した副菜を選びます。今日は保育園理事の鈴木さんから頂いたきゅうりも食べました！みんなよく食べていました！

エネルギー 650Kcal    タンパク質 21.2g  
脂質 28.6g                    塩分 2.5g