

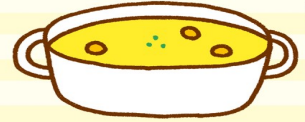
# まよのメニュー



7月11.25日(木)



梅ご飯

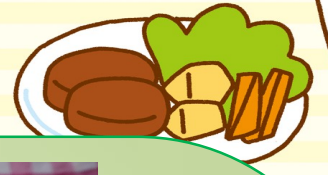


松風焼き

コールスローサラダ



豚汁



松風焼きとは、お正月に食べるおせち料理の一つです。表面にごまやけしの実を飾るのですが、裏面には何もついていないことから「裏がない」＝「隠し事がなく正直である」という意味が込められています。具材には、鶏ひき肉・豆腐などのたんぱく質や、きのこやお野菜も入っていて栄養満点なので、保育園の献立にはよく登場します！

エネルギー 550Kcal    タンパク質 21.4g  
脂質 20.0g                      塩分 1.8g