

まよのメニュー



7月29日(月)



ごまご飯



鶏の香味焼き

春雨サラダ



みそ汁 (チンゲン菜・油揚げ・しめじ)



香味焼きとは、にんにく・しょうが・長ねぎなど、香りの強い食材と一緒に一緒にお肉を漬け込み、じっくり焼いたメニューです。香りがよく、食欲をそそるので暑い夏にもぴったりのメニューです💧

エネルギー 530Kcal タンパク質 27.3g
脂質 16.0g 塩分 2.3g