

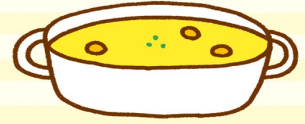
きょうのメニュー



7月31日(水)

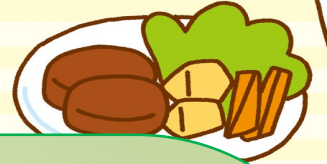


豚葱大麦麺



じゃこと海藻のサラダ

ラッシー



大麦麺は、そばのような麺でツルツルっと食べられるのと越しの良い麺です。大麦が原材料なので、食物繊維が豊富です。今日はたっぷりの葱と豚肉・人参・ほうれん草と一緒にことこと煮込み、麺の上に乗せました。とっても美味しく、おかわりも人気でした(*^^*)

エネルギー 480Kcal タンパク質 20.0g
脂質 24.0g 塩分 1.9g