

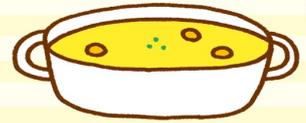
まよのメニュー



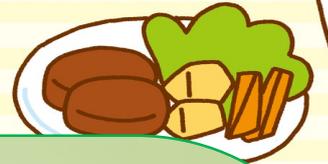
8月16日(金)



なすと豚肉の大麦麺
かぼちゃサラダ



メニュー変更 ラッシー



夏野菜のナスと豚肉を合わせた大麦麺を作りました！豚肉には、疲労回復・夏バテ予防に最適なビタミンB1という栄養が豊富です。ビタミンB1とは、体に必要なエネルギーを作る手助けをしている栄養素です。

エネルギー 660Kcal タンパク質 27.0g
脂質 19.1g 塩分 2.8g