

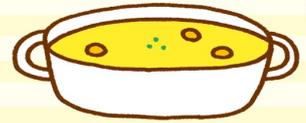
まよのメニュー



8月30日(金)

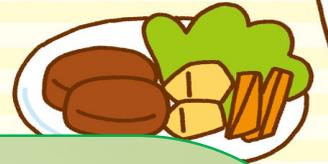


なすと豚肉の大麦麺



かぼちゃサラダ

ピーチラッシー



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