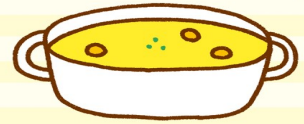


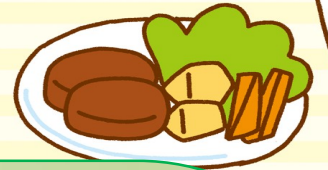
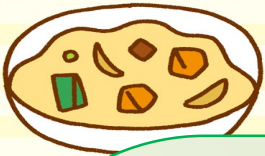
# きょうのメニュー



**8月31 (土)**



**鶏の照り焼き丼**  
**わかめのナムル**  
**味噌汁**



鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、人参がたっぷり入った栄養満点のどんぶりです！しっかり炒めてから手作りのタシをさっぱりと絡めるので、野菜も柔らかく食べやすいです。副菜は、さっぱりと食べられるわかめのナムルを作りました😊

エネルギー 538Kcal    タンパク質 20.3g  
脂質 10.2g                      塩分 2.3g