

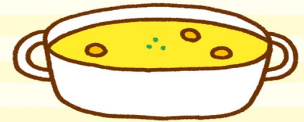
# きょうのメニュー



9月11.25日(水)



ごまご飯

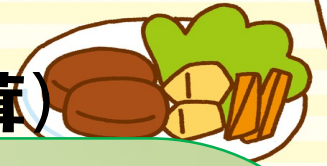


バーベキューチキン サラダ菜

ひじきと小松菜の煮びたし



みそ汁(じゃがいも・えのき茸)



今日の主菜は【バーベキューチキン】です！味付けは、ケチャップ・ソース・砂糖・醤油・にんにく・生姜(すりおろし)で、鶏肉に漬け込んでからオーブンで焼きました。子ども達が大好きな味付けだったので、とっても好評でおかわりもよく食べていました(\*^^\*)

エネルギー 545Kcal    タンパク質 25.0g  
脂質 14.0g                    塩分 2.6g