

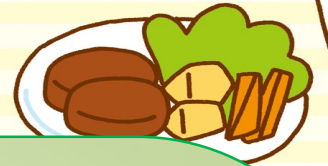
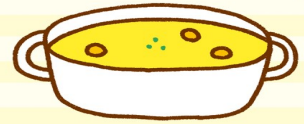
# きょうのメニュー



11月9.30日(土)



**野菜あんかけ丼**  
**もやしのマヨサラダ**  
**味噌汁**



今日の主食・主菜は、【野菜あんかけ丼ぶり】です！もやし、玉ねぎ、にんじん、千んげん菜、豚肉がたっぷり入っています。あんかけなので、今日のような寒い日にぴったりでした！

エネルギー 560Kcal    タンパク質 13.2g  
脂質 15.3g                      塩分 1.7g