

きょうのメニュー



12月6.20日(金)



ごまご飯
豚大根



春雨マヨサラダ



みそ汁(しめじ、ほうれん草)



今日の主菜は【豚大根】です！ごま油で豚肉を炒めた後、冬野菜であるだいこん・人参と、玉ねぎを入れ、甘辛く炊きました。副菜は、普通春雨を使ったマヨネーズサラダです！マヨネーズ・砂糖・醤油・少々の塩を加えて味付けしました。初めての組み合わせだったので、子ども達、食べてくれるかな？とドキドキでしたが、とっても好評でよかったです～!!(^^)!

エネルギー 570Kcal タンパク質 16.6g
脂質 12.7g 塩分 2.6g