

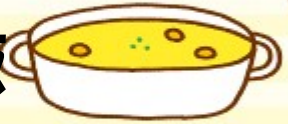
# まよのメニュー



1月8日(水)



小松菜と鮭のふりかけご飯



もちごめしゅうまい

サラダ菜 わかめの酢の物



すまし汁



今日は1月の誕生会でした！1月生まれのお友だち、お誕生日おめでとうございます！✧

お祝いの気持ちを込めて【もちごめしゅうまい】を作りました。ひとつひとつ、もち米をまぶして蒸して完成です。もちもちとした食感が美味しさをパワーアップさせてくれます☆子ども達に大人気なメニューの一つです(\*^^\*)

エネルギー 570Kcal    タンパク質 21.7g  
脂質 17.4g                    塩分 1.9g