

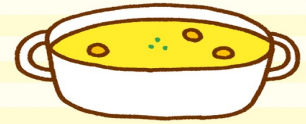
まよのメニュー



1月15.29日(水)

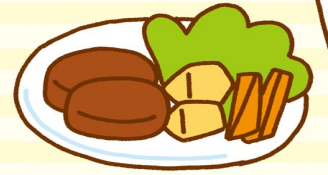
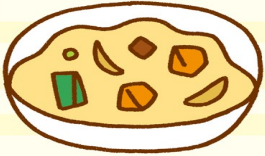


豚キャベツ大麦麺



切り干し大根のカミカミサラダ

ラッシー



今日はかぶとさんのリクエストメニューの「豚キャベツ大麦麺」でした！！

豚肉には疲労回復効果があり、キャベツにはビタミンC等が豊富で免疫効果があります。

この寒い冬、免疫をつけてウイルスに負けない体にしたいですね！！

エネルギー 660Kcal タンパク質 29.2g
脂質 15.0g 塩分 2.6g