

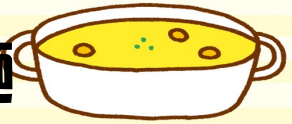
まよのメニュー



1月29日(水)

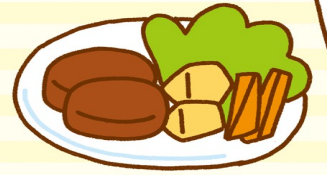
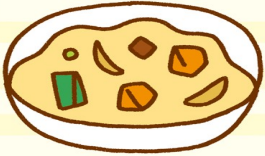


メニュー変更! 豚と白菜大麦麺



切り干し大根のカミカミサラダ

ラッシー



メニュー変更で「豚と白菜の大麦麺」を作りました!!
豚肉には疲労回復効果があり、キャベツと同様に白菜にもビタミン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