

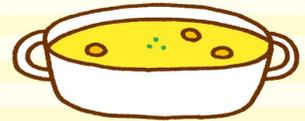
きょうのメニュー



2月13.27日(木)

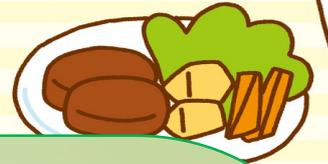


ドライカレー



ブロッコリーのフレンチサラダ

りんごラッシー



【ドライカレー】はかぶとむし組の先生のリクエストメニューでした♡水を使わず、野菜・豚挽き肉・トマト缶でじっくりコトコト煮込んで作るので、うまみが凝縮されてとても美味しいです💦

副菜には、冬に旬を迎えるブロッコリーを使ってフレンチサラダを作りました！酢とお砂糖の割合を工夫し、食べやすい味付けにしています。

エネルギー 678kcal
脂質 23.2g

タンパク質 25.1g
塩分 2.8g