

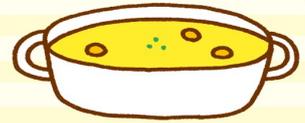
まよのメニュー



2月7.21日(金)



ごまご飯



鮭のタルタルソース

サラダ菜 トマト

みそ汁(大根、小松菜)



今日の主菜は【鮭フライ】です！お魚が嫌いなお友達も、揚げ物だとカリっとした食感で食べやすくなり、とっても人気でした。揚げた後にかける【豆腐のタルタルソース】も手作りです。豆腐をしっかり水切りし、みじん切りにしたきゅうり・マヨドレ・塩を加えてよく混ぜます。優しい味わいで子ども達もよく食べています！

| | | | |
|-------|---------|-------|-------|
| エネルギー | 680kcal | タンパク質 | 26.0g |
| 脂質 | 26.6g | 塩分 | 1.7g |