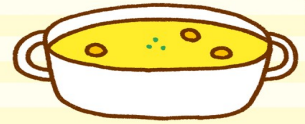


# まよのメニュー

2月 8日 (土)

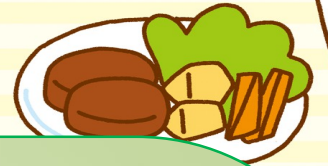
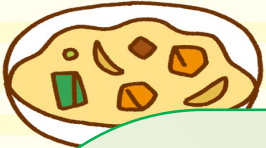


スタミナ豚丼



小松菜のツナサラダ

みそ汁 (豆腐、舞茸)



今日はスタミナ豚丼です！生姜とにんにくを効かせた少しパンチのある丼です！豚肉は体力をアップさせ疲労回復してくれます☆多疲れた土曜日にピッタリですね(\*^-^\*)簡単に作れるのでご家庭でも作ってみてください♡

エネルギー 602kcal  
脂質 19.3g

タンパク質 16.3g  
塩分 1.3g