

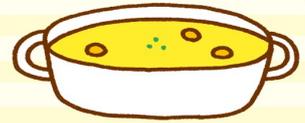
まよのメニュー



3月13.27日(木)



ごまご飯



鮭のマヨコーン焼き

小松菜の納豆和え



みそしる (舞茸、油揚げ、お麩)



**鮭のマヨコーン焼きは、子ども達に大人気の魚メニューです！
魚が苦手なお友だちも、マヨネーズと一緒に焼くと食べやすくなり、実はご飯にも良く合います☆彡
小松菜の納豆和えには、ごま油で炒めたしらすを加えています。
香りがよく、食欲が増すのでおすすめです(*^^*)**

**エネルギー 658kcal
脂質 21.7g**

**タンパク質 24.8g
塩分 1.6g**