

まよのメニュー

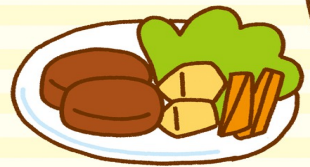
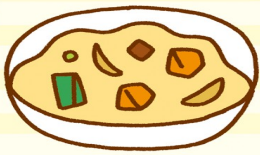
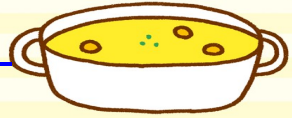


7月12.26日(土)

マーボーなす丼ぶり

きゅうりの塩昆布あえ

みそ汁(わかめ・お麩)



今日は夏野菜のなすときゅうりを使ったメニューでした✂
夏野菜には水分やカリウム、ビタミンが豊富に含まれているので、
暑さで疲れた体を元気にしてくれます😊！！
保育園のマーボーなすは赤味噌を使って味付けをしています✂
コクがある味となっていてみんなもいもいも食べてくれます😊❤

エネルギー 541kcal
脂質 11.0g

タンパク質 13.2g
塩分 2.6g