

# まよりのメニュー

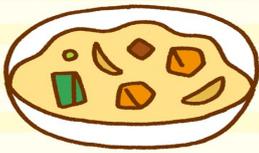
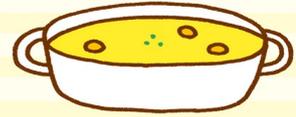


7月 7日 (月)

七夕そうめん

鶏とさつまいもの天ぷら

フルーツ (すいか)



今日は誕生会でした♪7月お誕生日のお友だちおめでとうござい  
ます☆(\*^-^\*)

今日は七夕なので、天の川に見立てて七夕そうめんにしました♪  
鶏とさつまいもの天ぷらをして、たんぱく質もとれる様にしています  
☆またフルーツには夏らしくすいかが登場で、みんなで夏を味わい  
ました💦

エネルギー	503kcal	タンパク質	24.6g
脂質	11.1g	塩分	3.0g