

まよのメニュー

8月 29日 (金)

じゃこふりかけごはん

豆腐シューマイ サラダ菜

きゅうりとトマトの酢の物
みそ汁 (まいたけ・ほうれん草)



今日は8月のお誕生会でした♡

8月お誕生日のおともだちおめでとう🎉

今日の主菜の豆腐シューマイは、豆腐をたくさん使用しているため、とても柔らかくて食べやすいです(*^_^*)優しい味付けなので、子どもたちにもぴったり。シューマイには豚挽肉・豆腐・椎茸・長ねぎ・キャベツがたっぷりはいっています。大人気でした☆彡

エネルギー 678kcal
脂質 22.7g

タンパク質
塩分

23.4g
2.4g