

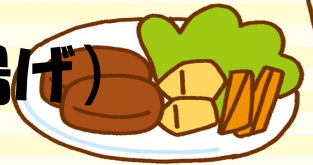
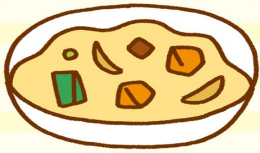
まよのメニュー

8月7日(木)

白身魚のコーンフ레이크焼き

おくらの海苔あえ

みそ汁 (チンゲン菜・油揚げ)



今日の主菜は白身魚のコーンフ레이크焼きでした★コーンフ레이크を砕き、下味を絡めたお魚(醤油・酒・マヨネーズ)にまぶしてオーブンで焼きあげました。サクサクした衣で食欲がそそい、ごはんも進む味付けでした♪乳児さんにはコーンフ레이크ではなく、パン粉を付けて焼きました(*^-^*)

エネルギー 738kcal
脂質 24.2g

タンパク質
塩分

33.1g
2.9g