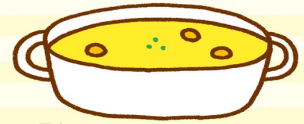


きょうのメニュー

9月5.19日(金)

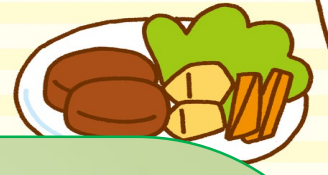
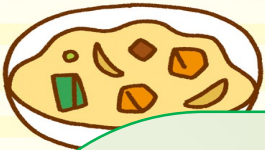


牛乳 ハムサンド



鶏とフロッコリーのトマト煮

野菜スープ



今日は洋食メニューでした。鶏とフロッコリーのトマト煮は、鶏肉・玉ねぎ・フロッコリー・人参・トマト缶がたっぷり入っています。最初はさらっとしていますが、じっくりコトコト煮込むことでとろっとしていきます(^.^)保育園では、食べやすいように少しお砂糖を加えています。酸味が和らぎ、子ども達にぴったりです。

エネルギー 543kcal
脂質 18.8g

タンパク質 19.2g
塩分 3.4g