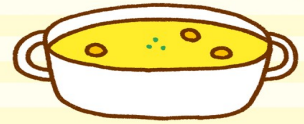


まよのメニュー

10月7.21日(火)

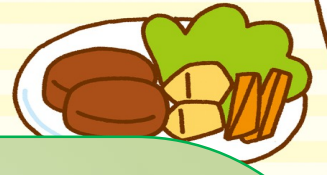
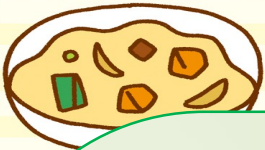


鮭の照り焼き



千ゲン菜の中華和え

みそ汁(大根・油揚げ)



今日はお魚の日でした(*^_^*)

新メニューの鮭の照り焼きでした☆

鮭の脂と照り焼きの調理方法はとっても相性が良く、鮭が苦手な子も食べやすい組み合わせになります♪千ゲン菜の中華和えもさっぱりしていて、子どもたちに人気の献立になります(*^_^*)

エネルギー 668kcal
脂質 22.8g

タンパク質 26.6g
塩分 2.2g