

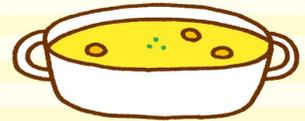
# まよのメニュー



10月8.22日(水)



牛乳



キャロットツナサンド

ブロッコリーのフレンチサラダ



野菜スープ(もやし・ほうれん草)



今日はパンメニューです(^^♪

キャロットツナサンドは、人参が苦手なお友達にも食べやすく、子ども達にも大人気です♪

人参をミキサーにかけ、ツナ、マヨネーズと和えるだけですが、人参特有の臭みは全然気にならなくなります(^^)

しっかりみじん切りすることがポイントになります☆

エネルギー 604kcal  
脂質 29.4g

タンパク質 20.5g  
塩分 3.6g