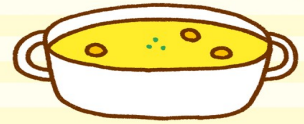


まよのメニュー

11月13.27日(木)



豚肉と白菜のうどん



かぼちゃサラダ

ラッシー



寒くなってくる頃に『白菜と豚肉のうどん』が登場します♪
味付けに【酢】をいれることや、お肉を炒めるときに、しょうが+にんにくをしっかり加えて香りを出すことなど、美味しさのポイントがいくつかあります(^^)/
温かくて食欲がわく味付けなので、今日もとっても好評でした
✧

エネルギー 626/509kcal タンパク質 21.1/19.7g
脂質 22.2/19.7g 塩分 2.2/1.9g