

きょうの メニュー

12月1.15日(月)



豚肉のごまみそ焼き
じゃがいものタラマヨ和え
すまし汁



今日の豚肉のごまみそ焼きは、ごまみその香ばしい香りで、ご飯が進む一品です(*^-^*)豚肉は、ビタミン B1 が豊富で、疲れた身体の回復にピッタリです♪副菜は、大人気のじゃがいものタラマヨ和えでした。じゃがいものホクホク感とたらこの相性はピッタリです😊

エネルギー 675kcal
脂質 25.5g

タンパク質 21.9g
塩分 2.3g