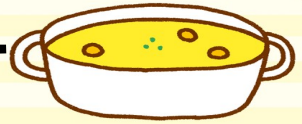


# まよのメニュー

1月7日(水)

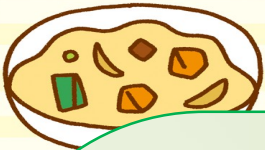


青菜とじゃこのふりかけ

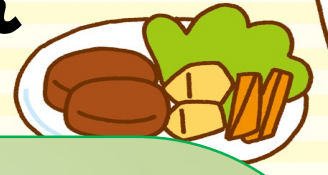


もち米しゅうまい

サラダ菜 みかんかん



納豆汁



今日は1月のお誕生会でした！1月生まれのお友達おめでとう  
(#^.^#)主菜はもち米しゅうまいです+☆しゅうまいの具にもち  
米をまぶして蒸しています♡皮の変わりにもち米を使用する  
ことで、もっちりしていてとても美味しくなっています☆  
今日は保育園でも人気の納豆汁で温まりました☆

エネルギー 609kcal  
脂質 19.8g

タンパク質 23.4g  
塩分 2.1g