

きょうのメニュー

1月 8.22 日 (木)

豚キャベツ大麦麺

里芋の煮っころがし

ラッシー



今日は豚キャベツ大麦麺でした☆大麦麺は人気メニューの一つですが、特に豚キャベツ大麦麺は大人気です(*^_^*)
豚肉には疲労回復効果があり、キャベツにはビタミンC等が豊富で免疫効果があります。この寒い冬、免疫をつけてウイルスに負けない体にしたいですね！！

エネルギー 628kcal
脂質 19.5g

タンパク質 27.9g
塩分 3.5g