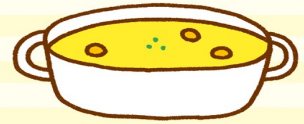


まよのメニュー

2月4.18日(水)

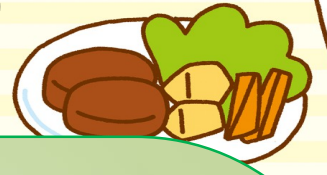
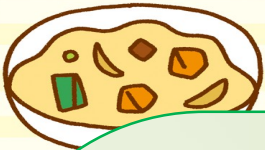


ホイコーロー



チンゲン菜のナムル

すまし汁(しめじ・わかめ)



今日の主菜のホイコーローは、旬のキャベツをたっぷり使用しています。そのためシャキシャキしていて甘みもあり、キャベツが苦手なお友だちも食べやすくなっています♪黄色のピーマンも使用しているため色鮮やかになっています(*^_^*)ご飯のすすむ味でみんな良く食べてくれました♪

エネルギー 513kcal
脂質 10.4g

タンパク質 18.8g
塩分 2.7g