

令和7年9月3日(水)

★牛乳

★こまつなのナムル
☺八王子産こまつな、にんじん

★笹かまぼこのマヨネーズ焼き

★ごはん

★★韓国風肉じゃが
☺八王子産じゃがいも、たまねぎ、にんじん

「笹かまぼこ」の栄養



笹かまぼこは低脂肪、
高たんぱく質の食品です！

今日は、マヨネーズ・
青のい・かつおぶし粉
で味付けしました！