



(エネルギー：668kcal、たんぱく質：26.1g、脂質：21.8g、塩分：2.6g)

和え物とバターソテーの味付けを薄くする代わりに、ゴマやバターの香りを生かして、おいしく食べていただけるようにしています。

また、ドレッシングの酸味を利用し、味付けのバラエティを富ませて、単調な味付けとにならないようにしました。

炊き込みご飯の味付けは、だしをかかせて風味よく仕上げました。

☆今日のメニュー☆

- ・炊き込みご飯
- ・鶏ももの唐揚げ
- だし巻き卵
- 肉シュウマイ
- ウインナー・うずら卵
- キャベツ（ドレッシング）
- ・白菜の胡麻和え
- ・スナップエンドウの  
ガーリックバター炒め
- ・もみじのねりきり