

7月行事食 減塩食



献立

- *夏の香り寿司
- *盛り合わせ
(白身魚天ぷら、かにかま磯部天、だし巻き卵、アスパラガス)
- *冷しそうめん
- *なすの煮物
- *水まんじゅう



- 減塩食では、なすの煮物の塩分量を調整し、だしを効かせることで、薄味でもおいしく食べていただけるようにしました。
- そうめんには生姜とネギを加え、香りと刺激で食欲がわき、薄味でも食べられるようにしています。

エネルギー626 kcal・たんぱく質 18.7 g・脂質 11.8 g・炭水化物 108.0 g・食塩 2.8 g

