

8月行事食

お盆献立 ~減塩食~



エネルギー680kcal、蛋白質 23.2g、脂質 11.9g、炭水化物 122.9g、食塩相当量 2.5g

メニュー

- ❁ 巻き寿司あなご入り
- ❁ 豆腐の二色田楽（けしの実、青のり）、里芋
- ❁ そうめん瓜のごま和え
- ❁ スナップエンドウのバター醤油炒め
- ❁ くず餅風デザート



そうめん瓜は、塩分を減らしていますが、ごまの香りで食べやすく仕上げました。

スナップエンドウは、醤油を減塩醤油に変える事で塩分を減らしています。