

4月 お花見献立

減塩食



～おしながき～

角寿司(桜の塩漬けのせ)

天ぷら(たら、かにかま磯辺天、タラの芽)

白菜とうどの酢味噌和え

ふきの含め煮

白桃羹

含め煮には減塩醤油を使い、

白菜とうどの酢味噌和えは

減塩味噌に酢を加え減塩でも

美味しく食べられるようにしました。

エネルギー 569kcal たんぱく質 15.9g 脂質 7.6g 炭水化物 106.8g 食塩相当量 2.5g