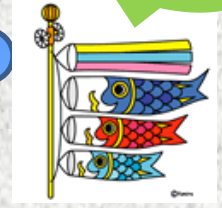




こどもの日ランチメニュー

減塩



- ・ご飯
- ・ハンバーグとポテトサラダの盛り合わせ
～こいのぼりバージョン～
- ・春キャベツとツナのごまドレッシング和え
- ・新玉葱とトマトのチーズ焼き
- ・抹茶プリン



エネルギー：675kcal、たんぱく質：19.7g、脂質：24.7g、炭水化物：91.3g、食塩：2.0g



メインは常食と同じ味付けで食べていただくため、塩分のあるミニコロックをサラダのツナに置き換えました。チーズ焼きはチーズの塩気もあるため、トマトの味を残すように塩を控えました。サラダはごまドレッシングを使うことで、ごまの香りと油分でコクを出し、うす味でもおいしく食べていただけるようにしました。