

# 4月お花見献立

減塩食



～献立～

桜えびごはん

盛り合わせ

(白身魚の天ぷら、かにかま磯辺天、たらの芽)

白菜とうどの酢味噌和え (白菜、うど)

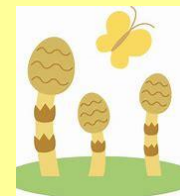
ふきの含め煮

ロールケーキ (さくら)

天ぷらは天つゆで味付け。

和え物や含め煮は減塩の味噌や醤油を使って塩分を減らしました。

様々な旬の食材を使用した献立で、少しでも春を感じていただけたのではないのでしょうか。



エネルギー488kcal、蛋白質 15.3g、脂質 9.1g、炭水化物 83.9g、食塩相当量 1.8g