

6月行事食

常食



お品書き

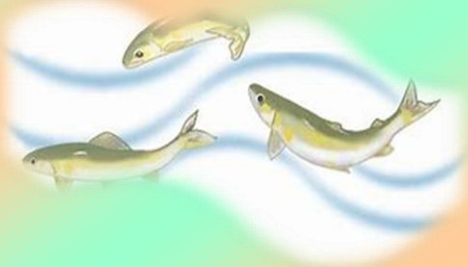
・鮎の塩焼き

・豆腐の梅酢かけ

・かぼちやのそぼろ煮

・ねりきり

今年も鮎のシーズンがやってきました。高津川を元気に泳ぐ鮎を、姿焼きで表現しました。梅雨の時期は食欲が落ちてしまいがちですが、生姜や梅を薬味として取り入れると、食欲増進効果がありますよ。



エネルギー562kcal、たんぱく質 22.5g、脂質 7.9g
炭水化物 97.2g、食塩 2.3g

