

10月

行事食

減塩食



- ★炊き込みご飯
- ★盛り合わせ
(肉しゅうまい・だし巻き卵・ウインナーうずら卵)
- ★カリフラワーカレーピクルス
- ★スナップのガーリックバターソテー
- ★ねりきり



エネルギー：614 kcal、たんぱく質：22.1 g、脂質：16.1 g、炭水化物：93.8 g、食塩相当量：2.2 g



盛り合わせにけるウスターソースをフレンチドレッシングへ変更。また、ガーリックソテーに入れるしょうゆを減塩しょうゆへ変更することで、塩分を減らしました。皆さんが大好きな炊き込みご飯は、普通味で提供し、おいしいと大変喜んで頂きました。

