



エネルギー608kcal、蛋白質 21.5g、脂質 22.2 g、炭水化物 78.2 g、塩分 2.6 g

\*メニュー\*

チキンライス

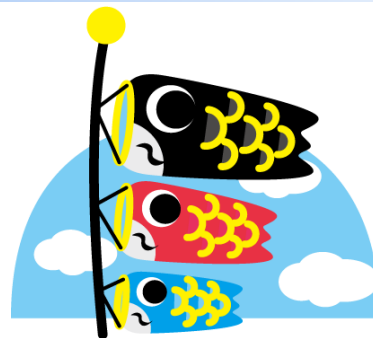
キッシュ

(かつおフレーク・玉葱・サラダ豆)

春キャベツのサラダ

ブロッコリーのソテー

和のパンケーキ (抹茶)



塩分の多いチキンライスやキッシュは少し量を減らして減塩に。サラダはマヨネーズで和え、ソテーも食塩を減らして減塩食にしています。少ない塩分量でも美味しくいただきました。

