



こどもの日 行事食



《常食》



《メニュー》

- ・ ご飯
- ・ 盛り合わせ（鯉のぼりハンバーグ、カニクリームコロッケ、ポテトサラダ）
- ・ 紫キャベツのレモン風味サラダ（炒りアーモンドのせ）
- ・ 玉ねぎとトマトのチーズ焼き
- ・ カープゼリー エネルギー758kcal、たんぱく質 20.2g、脂質 25.9g、食塩 2.3g



鯉のぼりを模ったハンバーグで、こどもの日のお祝いです。
アーモンドサラダやチーズ焼など少しハイカラなメニューで
こどもの気分を味わっていただけただけでしょうか。



こどもの日 行事食



《減塩食》



《メニュー》

- ・ ご飯
- ・ 盛り合わせ（鯉のぼりハンバーグ、ポテトサラダ）
- ・ 紫キャベツのレモンサラダ（炒りアーモンドのせ）
- ・ 玉ねぎとトマトのチーズ焼き
- ・ 抹茶プリン エネルギー654kcal、たんぱく質 19.3g、脂質 19.8g、食塩 2.2g



今回の行事食は、常食と減塩食の塩分はほとんど同じです。
血圧の高くない方も、日頃から塩分少なめの食事にすることで
生活習慣病の予防につながりますよ。