

6月6日(木)の給食



724 Kcal

献立



献立	材料
ごはん	米
麻婆豆腐	木綿豆腐 豚ミンチ しいたけ たけのこ にんじん 長ねぎ グリーンピース にんにく・しょうが 豆板醤・甜麺醤 ごま油 鶏ガラスープ 濃口しょうゆ 砂糖 片栗粉・水
ニラとしめじの卵炒め	ニラ たまご しめじ 塩・こしょう 鶏ガラスープの素 ごま油
ささみサラダ	鶏ささみ もやし きゅうり 赤パプリカ ごまドレッシング
豆乳花	調整豆乳 アガー 砂糖 水 黒蜜



麻婆豆腐

について

名前の由来

麻婆豆腐が生まれたのは、およそ100年前の清王朝末期のこと。
チヤオチヤオという女生み出した。

栄養価について!!

- ① タンパク質
- ② 脂質
- ③ 炭水化物
- ④ ビタミンA、B、C、D、E、K

免疫アップや美肌効果、老化防止が期待される