

10月8日(火)

- ごはん
- 牛乳
- ハンバーグ和風ソース
- きんぴら
- かきたま汁



栄養士からのコメント

せん切りにした野菜を甘辛く味付けして炒めたものをきんぴらと言います。今日はごぼうとにんじんを使ったきんぴらです。