

1月kidsメニュー

栄養成分(1人分あたり)

メニュー名	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)
手作りみそ(持ち帰り)	206	12.6	6.1	24.8	20.8
みそラーメン	310	14.6	11.6	32.5	3.2

使用食材リスト

■手作りみそ(持ち帰り)

大豆(水煮)
米こうじ
塩
みそ(たねみそ)

■みそラーメン

玉ねぎ
しょうゆ
酒
みりん
市販のおろしにんにく
市販のおろししょうが
みそ
鶏がらスープの素
和風だしの素(かつお)
砂糖
中華麺(生麺)
豚挽き肉
ごま油
卵
酢
塩
水菜
コーン(粒)
青ねぎ
バター