

## 2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)
えびと花野菜のドリア	212	9.6	6.4	27.8	0.9
花野菜～ツナマヨカレー ディップ～	40	2.6	2.4	2.6	0.1

### 使用食材リスト

#### ■えびと花野菜のドリア

むき海老  
酒  
玉ねぎ  
サラダ油  
塩  
白こしょう  
市販のホワイトソース  
牛乳  
米  
コンソメ(顆粒)  
ブロッコリー  
カリフラワー  
酢  
ピザ用チーズ

#### ■花野菜～ツナマヨカレーディップ～

ブロッコリー (持ち帰りあり)  
カリフラワー  
塩  
酢  
プチトマト  
ツナ(缶・ノンオイルタイプ)  
マヨネーズ(カロリーーフ)  
カレー粉