

さけのちゃんちゃん焼きは 3-5 のリクエストで
す。昨年10月に提供したときにも大人気のメニ
ューでした。みそ味のたれとごはんは相性抜群で
すので、交互に食べてみてくださいね。

料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主に
どんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○

体の調子を整える…*



だいがくいも
大学芋★

ぎゅうにゅう
牛乳○

さけのちゃんちゃん焼き○*★

ごはん★ けんちん汁*○★