

調理室より**幼児食**～献立より～

日暮れが早まり、冷え込む日が増えてきました。空気も乾燥してきて、体調を崩しがちな季節です。体を温める食事や十分な睡眠を心がけ、寒さに負けない体づくりをしていきましょう。



今月のメニューより～豚肉のりんごソース焼き～
基本のソース：りんご 100g しょうゆ 40cc み
りん 20cc 砂糖 4g *豚肉や鶏肉 400g*
すりおろした🍏りんご🍏に調味料を加え、一
口大に切った豚肉を漬け込みフライパンで炒
めて出来上がり。鶏肉でもおいしいですよ！