

平成29年2月23日（木）

ぎゅうにゅう
牛乳
ピザトースト
かぼちゃのポタージュ
フルーツミックス



チーズ

「チーズ」には、カルシウムとタンパク質がたっぷり含まれています。
強い骨や歯を作り、体の筋肉をしっかりと作ります。

ピザトースト

玉ねぎ、にんじんを炒めてツナとトマト缶を入れて煮込み、手づくりソースを作ります。
パンの耳ぶぶんを牛乳にひたしてから、ソースとチーズをのせて焼くことで、
パンの耳もふっくらやわらかく、仕上がります。
かぼちゃをつぶしてスープにした、「かぼちゃのポタージュ」といっしょにどうぞ…

