

ランチメール

きょう 今日のこんだて

1.15

- ・ソフトめんミートソース
- ・プルーン
- ・いんげんとじゃこのアーモンドあえ
- ・牛乳

ことし
今年さいしょのめんはミートソースです。
ぶたひき肉にくと細こまかく切きったたまねぎ🍷
にんじん🍷、キャベツ🍷などをいため、
トマトケチャップ🍷をくわえて、おお大きな
かまのなか中でじっくりにこみます。
じかんじかんをかけてにこむことで、しょくざい食材の
あまみあまみが出てきて、
おいしくできあがります。
ソフトめんといっしょに
たくさん食たべて下ください。

