

6月24日(水)



たまねぎ

キャベツサラダ

コロッケ
(1人1個)

ごはん

ハヤシライス

牛肉



関西では、「肉」といえば牛肉を意味するほど、牛肉を食べる文化が深く根付いています。

牛肉は、良質なたんぱく質や鉄・ビタミンが豊富で、疲労回復や健康維持に役立ちます。

今日は牛肉を使ったハヤシライスです。

