

今月の食材は

『葉ごぼう』



葉ごぼうの炒り煮 を提供しました

今月は今が旬の葉ごぼうを使った「葉ごぼうの炒り煮」を提供しました！
根だけを食べるごぼうと異なり、葉ごぼうは根から葉まで食べることができます。
シャキシャキとした食感も特徴です。

ぜひ一度皆さんも葉ごぼうの食感も楽しみながら、
召し上がってみてはいかがでしょうか♪

栄養価(1人分)
エネルギー:60kcal
食塩相当量:0.8g

令和7年3月19日