

管理栄養士作成

- ご飯
- 焼き春巻き

- ピーマンの種実和え
- きのこスープ



Recipe



栄養素(1人分) エネルギー:536 kcal 炭水化物:75.8g 脂質:17.2g たんぱく質:26.5g 食塩相当量:2.1g