

[小松菜給食 献立]

※ 小松菜を使用した料理のレシピ ※

＜ たまごと小松菜のグラタン ＞



栄養価（1人分）

栄養価（1人分）	
エネルギー	236 kcal
たんぱく質	13.3 g
脂質	16.3 g
カルシウム	17.1 mg
食塩相当量	1.2 g

