

マーボー豆腐丼^{どうふどん}には、豆腐^{とうふ}がたくさん入^{はい}ってい

ます。豆腐^{とうふ}の原材^{げんざい}料^{りょう}は、しょうゆやみそと同じ^{おな}

大豆^{だいず}から出来^{でき}ていて、大豆^{だいず}にはからだをつくる

ために必要^{ひつよう}なたんぱく質^{しつ}が豊富^{ほうふ}に含^{ふく}まれています

す。他^{ほか}にもお肉^{にく}や野菜^{やさい}も一緒^{いっしょ}に入^{はい}っているので、

えいようまんてん
栄養満点^{えいようまんてん}です。





マーボー豆腐丼、ワントンのパリパリサラダ、くだもの果物(はるか)