

マーボー豆腐丼には、豆腐がたくさん入って

います。豆腐の原材料は、しょうゆやみそと同

じ大豆から出来ていて、大豆にはからだをつく

るために必要なたんぱく質が豊富に含まれてい

ます。他にもお肉や野菜も一緒に入っているの

で、栄養満点の食べ物です。





マーボー<sup>どうふどん</sup>豆腐丼、ニラ玉<sup>たま</sup>スープ、アップルゼリー