

## 副菜 漬物 r-05 福神漬け



材 料	分量 (g)
福神漬	15.00

エネルギー (kcal)	18
たんぱく質 (g)	0.2
脂質 (g)	0
カルシウム (mg)	3
鉄 (mg)	0.1
VA (μg)	5
VB(mg)	0.01
VB2 (mg)	0
塩分 (g)	0.9
食物繊維 (g)	0.2



作り方



カレーライス(麦ごはん), 牛乳, カイラン菜サラダ, 福神漬け