

今が旬！夏野菜たっぷり そばろがけうどん



クリエイトエス・ディー
管理栄養士
岡野 蒼
考案メニュー



スマホなどで撮って
詳しい作り方をチェック！



茹でうどんに
盛り付け、麺つゆを
かけて完成。

野菜相当量(1人あたり)

221g分

