



毎月 **19** 日は **食育** の日



きりぼしだいこんってしってる??

きりぼしだいこんは、だいこんをほそながくうすくきってかんそうさせたものです。たいようのひかりでうまみやえいようがぎょうしゅくされ「カルシウム、てつぶん、ビタミンB」がふえます。

しょくもつせんいがたくさんはいつているので、おなかのちょうしをととのえてきれいにしてくれるよ。きゅうしょくでもたくさんつがつているからさがしてみてね!!

きゅうしょくしつより

