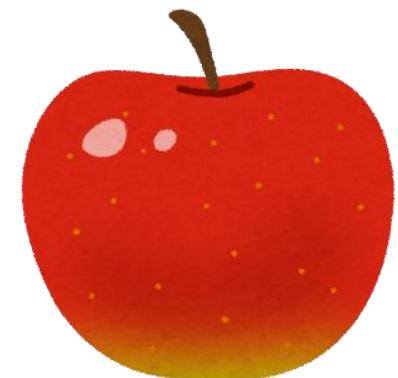


りんごのケーキは、ケーキの生地に生のりんごを
混ぜて焼き上げたデザートです。

世界には「1日1個のりんごで医者いらず」とい
うことわざがあるほど、りんごは栄養価の高い果物で
す。おなかの調子をととのえる食物繊維も豊富に
含まれているので、残さずにしつかり
た食べましょう！





メキシカンライス、ひよこ豆と野菜のスープ、りんごのケーキ