

ぶたにく

や どん つか

けっこう

豚肉のしょうが焼き丼に使われているしょうがは、血行を

あたた

こうか

めんえきりよく

たか

よくしてからだを温めてくれる効果や、免疫力を高めて、

か ぜ

ふせ

こうか

ほか

しょくよくぞうしん

いちよう

風邪を防いでくれる効果があります。他にも食欲増進、胃腸

ちょうし

よ

の調子をととのえるなどからだに良いことがたくさんありま

きょう

ねんせい

あさかわ

てつだ

す。また、今日のとうもろこしは2年生に朝皮むきのお手伝い

む

をしてもらったものを蒸しています。

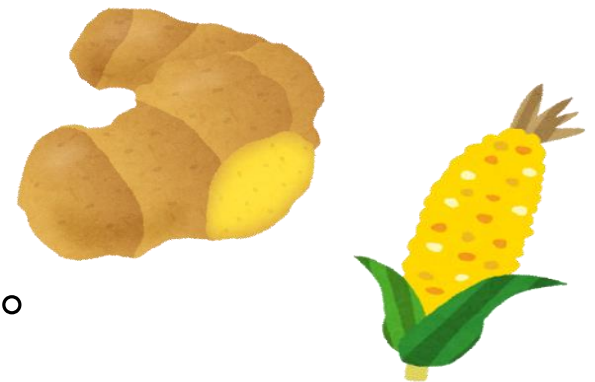
いま

しゅん

しょくざい

あじ

今が旬の食材を味わってください。





ぶたにく^や しょうが^{どん} 焼き丼、とうもろこし、けんちん汁^{じる}

ねんせい かわ てっだ
2年生に皮むきのお手伝いをしてもらいました！

