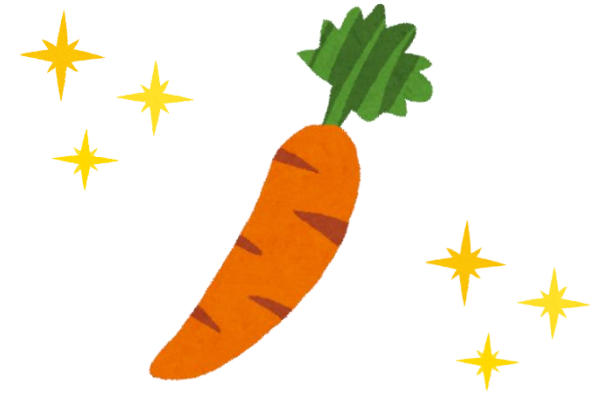


きょう
今日のサラダのドレッシングには、すりお
ろしたにんじんがたくさん入っています。に
んじんには、目の粘膜や形成を保護してくれ
るビタミンAが豊富に含まれています。一緒
に、すりおろした玉ねぎも加えて加熱してあ
るので甘味もあります。ぜひ
あじ
味わって食べてみてください。





ツナコーントースト、キャロットドレッシングサラダ、じゃがいもの^{とうにゅう}豆乳スープ