

ゴマたっぷり坦々スープには、練りごまとす

りごまが入っています。ごまは、すりつぶし

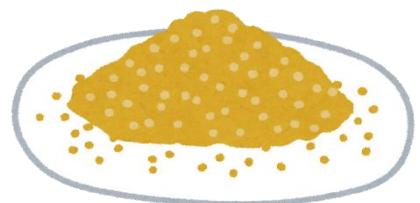
り、刻んだりするとより一層香りが引き立ち、

栄養も吸収しやすくなります。ゴマは古くか

ら体を元氣にするものとして食べられてきま

した。あの小さな一粒の中に、体に必要

な栄養がぎっしり詰まっています。





キムチチャーハン、ごまたっぷり坦々スープ、杏仁豆腐

たんたん

あんにんどうふ