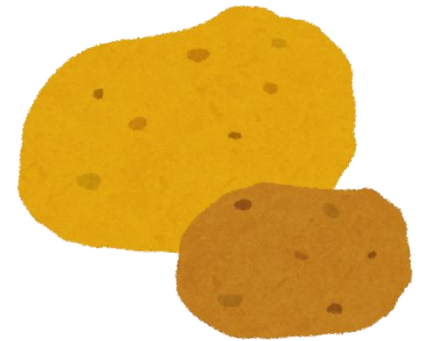


じゃがいもは、^{いもるい}芋類^{なか}の中でも^{おお}ビタミンCが多^く
^{ふく}含まれており、フランスでは「^{だいち}大地のりんご」
^よと呼ばれています。^{ほか}他にも^{ねつ}熱^{ちから}や力になるでんぷ^ん
^{しょくもつせんい}んや、食物繊維などの^{えいようか}栄養価も^{ほうふ}豊富に^{ふく}含まれて
います。^{せかい}世界では、じゃがいもを^{しゅしょく}主食にしてい
る^{くに}国もあり、^{にほん}日本より^{おお}多くの
^{しゅるい}種類のじゃがいもがあります。





ちゅうかどん あ いも み そ たま
中華丼、揚げじゃが芋の味噌がらめ、ニラ玉スープ