

アルミのかたづけかた
かくにんしましょう



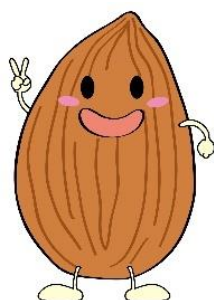
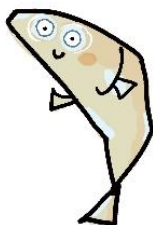
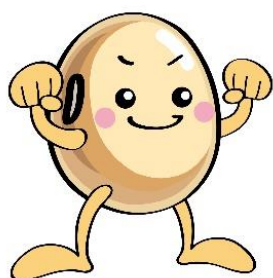
アーモンドカルちゃん

だいず
大豆・ちいめんじゃこ・アーモンド

りょうり
をつかった料理です。

せいちょう ひつよう
からだの成長に必要な「カルシウム」が

たっぷりとれます。



よくかんで

たべよう！