

きゅうしょくつうしん



がつとお か か

【2月10日（火）のこんだて】

- ★ちきんかれーrais ★ぎゅうにゅう
- ★わかめとじゃこのさらだ ★いちご

いちごには、かぜよぼう 風邪を予防するために

ひつよう えいようそ びたみんしー 必要^{ひつ}な栄養素“ビタミンC”がたくさん含^{ふく}まれています。