11月 食育・やさいの日

テーマ野菜：かぶ

今月の**食育・やさいの日**は、旬の「かぶ」を使った『**かぶとじゃこのサラダ**』です

献立

- 黒砂糖パン
- チキンソテー
- かぶとじゃこのサラダ
- 白菜のクリームスープ
- バナナ

間食

- さつま芋ごはん

おうちでも ひと口目は 野菜 から

イラストは出町書房より