1月　食育・やさいの日

テーマ野菜：白菜

１９日の**食育・やさいの日**は、旬の「はくさい」を使った『**白菜のツナサラダ**』です。

献立

- テーブルロール
- オムレツ
- 白菜のツナサラダ
- チキンスープ
- いよかん

間食

- ヨーグルト
- ビスケット

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