9月 食育・やさいの日

テーマ野菜：なす

１９日の**食育・やさいの日**は、旬の「なす」を使った『**麻婆茄子丼**』です。

献立

- **麻婆茄子丼**
- **わかめサラダ**
- **豆腐スープ**
- **バナナ**

間食

- **クリームロール**

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