

7月

食育・やさいの日



テーマ野菜:とまと (7月19日)

今月の食育・やさいの日は、旬の「とまと」を使った『鶏肉のトマトマリネかけ』です。



献立

丸パン

鶏肉のトマトマリネかけ

やさいスープ

すいか

間食

ヨーグルト

バナナ

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