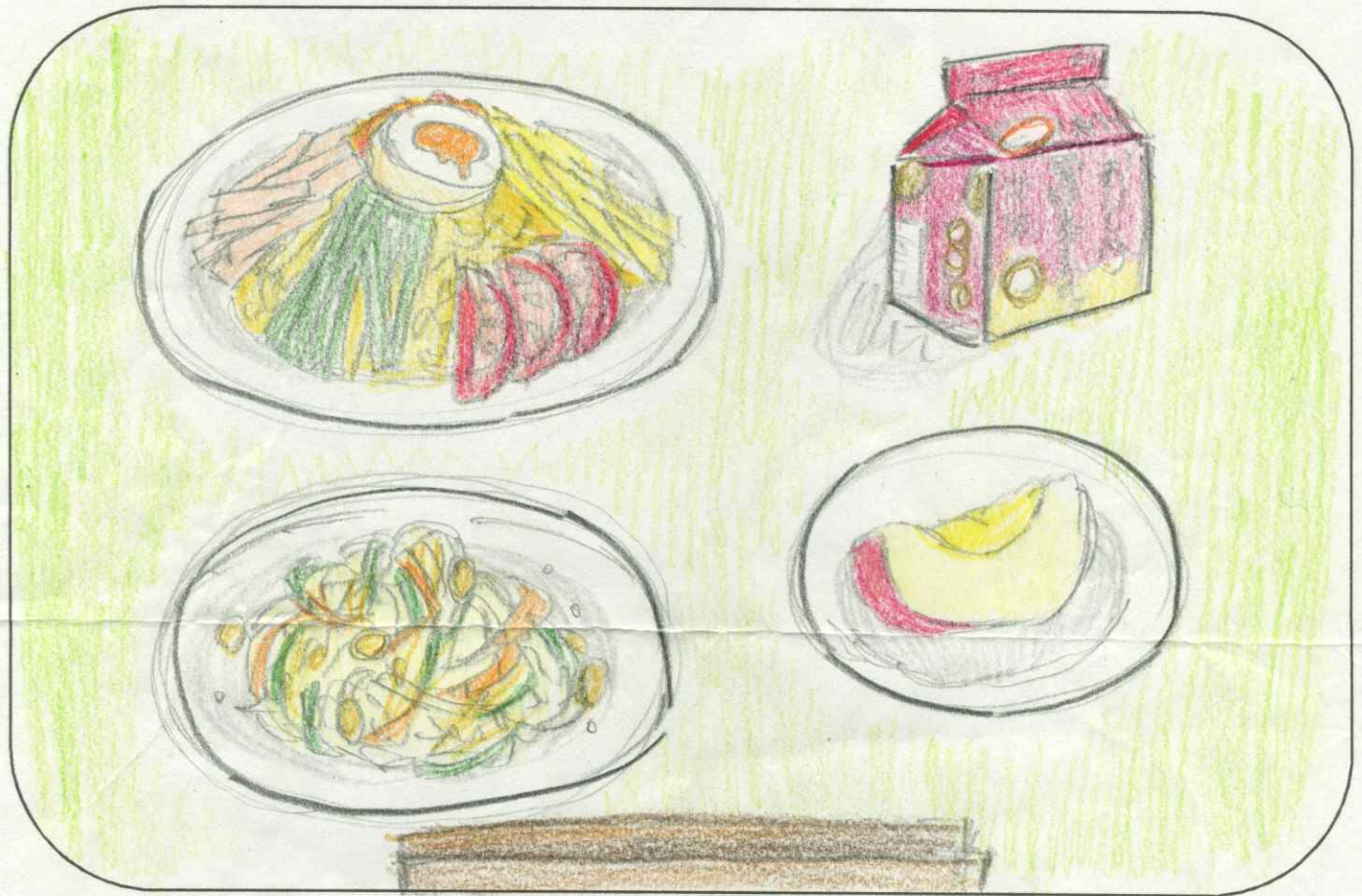


旬の食材メニュー

旬の食材

きゅうり、トマト、豆もやし、にんじん、りんご。



冷やし中華は、暑い夏にぴったりの料理です。

冷たい麺は暑さでバテている体をクールダウンさせてくれます。

そして、さっぱりとした味は食欲を刺激してくれます。

サラダに入っている夏野菜は、不足しがちな水分を補給して

くれます。りんごはビタミンCが豊富なので、美肌効果があります。

彩りも意識したので、目でも楽しめながら食べてください。

このメニューは 3 年生が考案しました