



令和6年5月1日 水曜日



- ・ごはん
- ・中華スープ
- ・四川豆腐
- ・ほうれん草の
ごま和え
- ・卵焼き
- ・牛乳



八王子産のチンゲン菜

チンゲン菜は、約50年ほど前に中国から日本に伝わった比較的新しい野菜です。

βカロテン、カリウム、ビタミンC、カルシウムが豊富に含まれています。

