

令和8年7月9日(木)

夏野菜を食べよう！

★★ ピーチヨーグルト

★牛乳



★★★夏野菜カレーライス
☺️八王子産じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、
にんにく、かぼちゃ、なす

★わかめサラダ
☺️八王子産きゅうり、キャベツ、にんじん

八王子かぼちゃ

小比企町の農家さんで
収穫したてのかぼちゃだよ！



かぼちゃが収穫されるのは7～8月ですが、かぼちゃの種類によっては、甘みを出すために、数か月貯蔵する必要があります。保存がきくので、長い期間おいしく食べられます ✨