

令和8年7月15日(水)

旬の「えだまめ」

★枝豆

☺八王子産枝豆

★☆☆ビーフン炒め

☺八王子産ピーマン、玉ねぎ、にんじん

★牛乳

★にぎすの唐揚げ

☺八王子産んにく

★ごはん

★みそ汁

☺八王子産玉ねぎ、じゃがいも、長ねぎ

夏が旬！枝豆

枝豆は7～9月が旬の野菜です。

旬の枝豆は食感がよく、甘みと香りが強いのが特徴です。

今日は八王子産の新鮮な枝豆を、塩ゆでしていただきます！

夏バテ予防にも枝豆、おすすめです ✨

