

# 令和7年12月12日(金)

## 旬 みかん

★コーンとポテトのサラダ  
☺八王子産にんじん

★牛乳

★果物(みかん)

★ごはん

★豚キムチ炒め  
☺八王子産白菜キムチ、根しょうが、長ねぎ

★春雨スープ  
☺八王子産にんじん、小松菜、ながねぎ

# 旬のみかん



日本の冬のみかんとしておなじみですね。

「温州(うんしゅう)みかん」という種類で、日本で生まれた品種です。

## みかんの力

### ビタミンC

お肌をきれいに！  
風邪予防に！



### 食物繊維

お腹の調子を  
整えてくれます！

