

8月の食育コーナー



梅雨も明け夏品番となっていくます。
食育コーナーも夏野菜の紹介です



豚肉の部位のパズルです。
豚肉のビタミンB1は糖質の代謝を促進
してくれます。暑い日はそうめんやうどん等
のさっぱりしたものにかたよりがちです。
豚肉をプラスして夏をのりきりましょう！



野菜がかくれています。
引っ張ると野菜の種類がわかるよ！



めくると部位のお肉の状態やどんな料理に
適しているがわかります。

