

4がつ22にちの こんだて

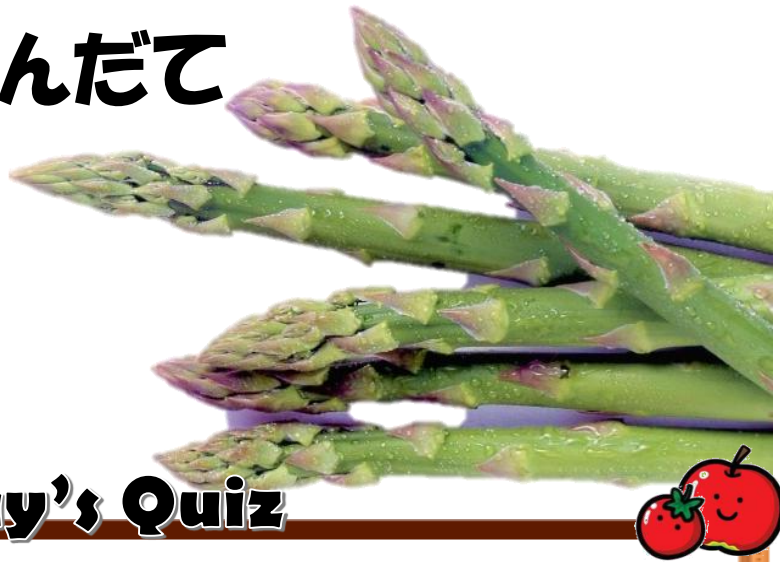
ぎゅうにゅう みるくぱん

こーんぽたーじゅ

つなぽてと

あすぱらそてー

いちごかつぱけーき **Today's Quiz**



アスパラガスにふくまれている効果はなんでしょう？

- ①疲れをとる ②髪の毛がよく伸びる ③骨を丈夫にする



こたえ： ①

アスパラガスには「アスパラギン酸」という栄養が含まれています。

これには疲れを取る効果がふくまれているので、栄養ドリンクにも使われています。

4がつ22にち きょうのたべもの

