

きょうのこんだて

3がつ10にち

ごはん(おなかふりかけ)

はくさいのクリームシチュー

ミートボールのケチャップソース

キャベツのサラダ



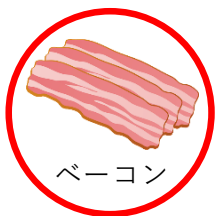
きょうのポイント

キャベツ

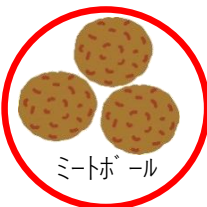
キャベツの臭い・・・時々ありませんか？薬品のような？臭い
これはアブラナ科特有の成分「ジメチルスルフィド」と土壌で育てられた農作物に含まれる「メチルイソボルネオール」という成分によるものです。体には良い影響はあれど悪いものではないので食べれますが、この香りはたまたま香りが強い、ということになるので防ぐことができないのです。



3がつ10にち きょうのたべもの



ベーコン



ミートボール



だいたず



ふりかけ



じゃがいも



マーガリン



ごはん



ドレッシング



米粉

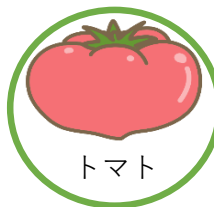
こめこ



にんじん



たまねぎ



トマト



キャベツ



ピーマン



きゅうり



しょうが



にんにく



はくさい

