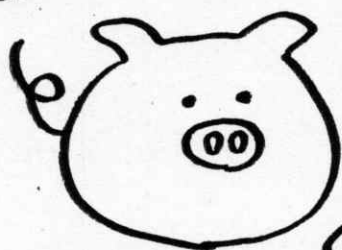


ランチメール

2022.7.4



ぶた肉について

栄養 ビタミンB₁が他の肉より多い!

ビタミンB₁は、ごはんやパンなどの糖質をエネルギーに変えるときに必要なビタミンで、疲労回復に役立っています。暑さで疲れが出る夏の時期に、ぜひとってほしいビタミンです。

ぶた肉は主に7つの部位に分けられ、味や食感もちがいます。

今日のポークビーンズは、いろいろな部位を合わせたぶた小間肉です。

呼び方もちがうよ

