

# ランチメニュー<sup>9/8</sup>



きょう す  
今日はお酢のはたらきを

しょうがい  
紹介します。

す た もの くさ  
お酢には食べ物が腐るのを

ふせ けつ えき  
防いだり、血液をサラサラにしたり、

からだ つか こうか  
体の疲れをとってくれる効果が

あります。夏の疲れがたまっている

この時期に、ぜひとってもらいたい

ちょうみ りょう す くわ  
調味料です。お酢にさとうを加えた

す めし  
酢飯のコンコンずしは、さっぱりした

あじ た  
味で食べやすくなっています。

に じる いっしょ  
煮びたし・どさんこ汁と一緒に

たくさん食べて残暑を乗り切ろう！

