

ランチメニュー

みなさん、みそは何からできるのか
知っていますか？

みそは大豆からつくられます。

大豆に塩やこうじを混ぜてから

何ヶ月もかけてできあがりします。

今から1300年ほど前に、中国から

伝わったと言われ、健康食品として

大切にされてきました。

腸を元気にしたり、肌をきれいにしたり、

脳のはたらきを活発にする効果があります。

今日はさわら魚の
みそやきです。



みそは
あかどん
の
なかま

