

ランチメール

きょう 今日のこんだて

7.16

- ・フィッシュサンド
- ・ゆで野菜
- ・^{まめ}豆とトマトのスープ
- ・^{ぎゅう}牛^{にゅう}乳

きょう 今日のスープには^{なま}生のトマトが
はい 入っています。トマトには
「リコピン」という^{せいぶん}成分が
ふくまれています。



きょうは^{かながわけんさん}神奈川県産!

トマトが^{あか}赤い^{いろ}色なのは、リコピンが
^{あか}赤い^{しき}色素^そだからです。リコピンには
^{びょうき}病気を^よ予防するはたらきがあるの
ので、^かまっ赤な^{えい}トマトには^{おお}栄養が多く
ふくまれています。